MUCİZELER

GEÇMİŞ YAŞAM ANILARININ DÖNÜŞÜMSEL İYİLEŞTİRİCİ GÜCÜ

New York Times Bestseller Yazarı

BRIAN L. WEISS, M.D.

ve AMY E. WEISS, M.S.W.

MUCİZELER

Geçmiş-Yaşam Anılarının
Dönüşümsel İyileştirici Gücü

BRIAN L. WEISS
VE AMY E. WEISS

Telif Hakkı © 2012 Brian L. Weiss, Amy E. Weiss
2014 BUTİK YAYINCILIK ve KİŞİSEL GELİŞİM HİZ. TİC. A.Ş.

Bu kitabın tüm yayın hakları Türkiye'de BUTİK YAYINCILIK'a aittir. Tanıtım için yapılacak kısa alıntılar dışında yayıncının izni olmaksızın hiçbir yolla çoğaltılamaz.

Eserin Orijinal İsmi
"MIRACLES HAPPEN"
olup, eser bire bir olarak çevrilmiştir.

Yayıncı Sertifika No: 12162

Editör: Pantha Nirvano

İngilizce aslından Türkçe'ye Çeviren: Merve Duygun

Düzelti: Fulya Tükel

Kapak Tasarımı: Mert Tarık / Mineral

Dizgi, Mizanpaj: Mineral Görsel İletişim Hizmetleri
Tel: 0212 289 30 10 mineraltasarim.com

Baskı, Cilt
İstanbul Matbaacılık Basılı Yayıncılık, Reklamcılık San. Tic. Ltd. Şti.
Tel: 0216 466 74 96
Matbaa Sertifika No: 16436

BUTİK YAYINCILIK VE KİŞİSEL GELİŞİM HİZ. TİC. A.Ş.
Davutpaşa Cad. Emintaş Kazım Dinçol San. Sit. No: 81/260
Topkapı - İstanbul Tel: 0212 612 05 00 Faks: 0212 612 05 80
www.butikyayincilik.com • info@butikyayincilik.com

İÇİNDEKİLER

Giriş	9
Hepimiz Bağlıyız	19
Anıları Doğrulamak	61
Anlayış Nasıl İyileştirebilir?	75
Duygusal Acıdan Özgürlük	115
Fiziksel Semptomları ve Hastalıkları İyileştirmek	169
Yastan Kurtulmak	201
Sezgi ve Diğer Psişik Beceriler	235

Carole'a

Fikri bu kitaba dönüşen tohumdu ve sevgisi ikimizi de besledi.

Bir gün, rüzgârlara, dalgalara, akıntılara ve yerçekimine
hâkim olduktan sonra, sevgi enerjilerinden yararlanacağız...
Ve sonra, dünya tarihinde ikinci kez,
insan ateşi keşfetmiş olacak.

~ *Pierre Teilhard de Chardin*

Giriş

Temmuz 2010'da New York'ta güzel bir yaz günü, eşim Carole'la birlikte iki yanında sıralı ağaçları olan Taconic Park yolundan, geçmiş yaşam regresyonları üzerine yoğun bir kurs verdiğimiz kırsal bir inziva merkezi olan Omega Enstitüsü'ne doğru ilerliyorduk. Bu kursu çok severiz. Her gün, her seferinde inanılmaz olaylar olur. Katılımcılar yalnızca geçmiş yaşamlarını hatırlamakla kalmaz, aynı zamanda harikulade spiritüel ya da iyileştirici tecrübeler yaşar, ruh eşlerini bulur, hayata veda etmiş sevdiklerinden mesajlar alır, engin bir bilgiye ve bilgeliğe erişir ya da başka bir mistik veya mucizevi olay yaşarlar. Carole ve ben yıllar içinde bu atölye çalışması ve eğitimlerde hayat-dönüştürücü olaylara tanık olduk ve bunlara olanak sağlayabildiğimiz ve her birini gözlemleyebildiğimiz için kutsandığımızı hissederiz. Genelde atölye çalışmalarında oldukça güçlü bir tecrübenin cereyan ettiğini bilmeyiz. Kişinin o olayı anlaması için zamana ihtiyacı olabilir ve biz neler olduğunu ancak daha sonra bir e-posta veya mektupla öğreniriz.

O anda güneşin benekler bıraktığı yolda, Carole'ın Blackberry telefonu, yine bu harika atölye çalışması iyileşmelerinden birini anlatan bir e-postayla, bir eski çağ bilgeliği içeren, ama bize bu en modern teknolojiyle ulaşan bir mesajla titredi. Zamanlama kusursuzdu, çünkü biz o sırada buna benzer pek çok olayı gözlemlediğimiz yere girmek üzereydik. Hiçbir

zaman hangi olağanüstü olay ve değişimlerin yaşanacağını bilemezdik – yalnızca yaşanacağını bilirdik. Carole bana döndü ve bilge, abartısız edasıyla şöyle dedi: "Bazen mucizeler olur."

Gerçekten de bazen olurlar. Mucizeler, tüm grubu etkileyen büyük mucizeler olabilirler. Küçük ve sessiz olabilirler. Ebatları ne olursa olsun, dönüşüm kalıcıdır. İlişkiler onarılır. Ruhlar beslenir. Yaşamlar yeni ve daha derin bir anlam kazanır. Mucizeler olur.

Catherine adında bir hastanın ofisime girdiği ve beni var olduğuna asla inanmadığım spiritüel bir evrenle tanıştırdığı o gün benim için bir mucize gerçekleşti. Diğer kitaplarım, Catherine'in deneyimlerinin çok ayrıntılı anlatımlarını içerir ve hayatının onlar sayesinde nasıl kalıcı olarak iyi yönde geliştiğini gözler önüne sererler. Benim hayatım da en az bu kadar etkilendi. Onun inanılmaz geçmiş yaşam anılarını ortaya çıkarmadan önce, beyninin sol tarafını kullanan, obsesif kompülsif bir akademisyendim. Columbia Üniversitesi Kimya Bölümü'nden yüksek akademik başarıyla, Phi Beta Kappa ile mezun olmuştum. Yale Üniversitesi Tıp Fakültesi'nden tıp diplomamı almıştım ve psikiyatri alanında çalışıyordum. Parapsikoloji ve reenkarnasyon gibi "bilimsel olmayan" alanlara tamamen kuşkuyla yaklaşan ben, Miami'deki Mount Sinai Tıp Merkezi'ndeki prestijli psikiyatri departmanının başkanıydım ve psikofarmakoloji, beyin kimyası ve Alzheimer hastalığı alanlarında kırktan fazla bilimsel makaleye ve kitap bölümlerine yazarlık yapmıştım. Catherine kuşkuculuğumu –ve hayatımı– tepetaklak etti.

Her ne kadar o günün üzerinden otuz yılı aşkın bir zaman geçmiş olsa da hâlâ mevcut yaşamının görünmez sınırını aşıp diğer ömürlerin âlemine geçtiği o ilk ânı dün gibi hatırlarım. Çok derin, rahat bir evredeydi, gözkapakları hafifçe kapan-

mıştı, ama konsantrasyonu çok yoğundu.

"Ağaçları deviren büyük dalgalar var," dedi boğuk bir sesle bir eski çağ sahnesini anlatırken. "Koşacak bir yer yok. Soğuk; su soğuk. Bebeğimi kurtarmak zorundayım, ama yapamıyorum... onu sıkıca tutmalıyım. Boğuluyorum; su yutuyorum. Nefes alamıyorum, yutkunamıyorum... tuzlu su. Bebeğim kollarımdan ayrılıyor." Bedeni gergindi; nefes alışı hızlandı.

Aniden bedeni ve nefes alıp verişi tamamen gevşedi.

"Bir bulut görüyorum... bebeğim benimle. Ve köyümden diğer insanlar. Erkek kardeşimi görüyorum."

Kuşkuculuğumun erozyona uğraması için zamana ihtiyacı vardı, ama süreç başlamıştı. Catherine'in şiddetli semptomları, o bu ve önceki hayatlarından sahneler hatırlamaya başladıkça kaybolmaya başladı. Hayal gücünün böyle kronik semptomları dağıtamayacağını biliyordum; yalnızca gerçek anılar bunu yapabilirdi. Catherine, geçmiş yaşamlarından, bazılarını doğrulamayı başardığımız tarihsel gerçekler ve ayrıntılar hatırlamayı sürdürüyordu. Ayrıca benim kendi yaşamımdan özel gerçekler, onun bilmesinin ya da keşfetmesinin mümkün olmadığı gerçekler sıralıyordu. Fiziksel hayatlar arasında o güzel, rahat evrede süzülürken bana bu kişisel bilgileri aktarmayı sürdürdü.

Catherine'le bu güçlü, ispata dayanan karşılaşmalar, zihnimi açmaya ve kuşkularımı silmeye başladı. Regresyonlar ve araştırmalar yürüten diğer hatırı sayılır klinik uzmanlar buldum ve daha çok ikna oldum. *Many Lives, Many Masters* (Pek Çok Yaşam, Pek Çok Usta) adlı ilk kitabım 1988 yılında yayımlandığından bu yana, geçmiş yaşam regresyonu terapisi kullanarak dört binin üzerinde bireysel hastayı ve deneysel atölye çalışmalarım sırasında büyük gruplar halinde çok daha fazlasını tedavi ettim. Her vaka onaylar ve doğrular, öğretir ve yayılır. Her vaka hayatın gizemine dair daha fazlasını ortaya

koyar. Bu süreçte, dünyanın dört bir yanından geçmiş-yaşam öncüleri ve bilgeleriyle tanıştım. Bir zamanlar inançsızlığın olduğu yerde şimdi dikkatle toplanmış bilgi ve bilgelik vardı. Bu kitaptaki hikâyeler sizi aynı yola itecek ve kuşkudan keşfe götürecektir. Yalnızca zihninizi açın ve bu mucizevi yolculuğun başlamasına izin verin.

Yürüttüğüm atölye çalışmalarında, izleyicilerin yaklaşık üçte ikisi geçmiş yaşamlarından sahneler hatırlarlar. Onların anıları ve hatırladıkları sık sık duygusal ve fiziksel hastalıkları iyileştirir. Anı tam olarak net olmasa bile semptomlar sona erer, çünkü hafızada bir hata, hakikati ve anının önemini yok etmez. Örneğin, bir regresyonda travmayı, kaosu ve hatta üç yaşınızdayken caddeye fırlayıp siyah bir Buick'in altında kalmaktan son anda kurtulduğunuzda annenizin verdiği duygusal tepkiyi hatırlayabilirsiniz. Annenize sorduğunuzda, arabanın lacivert bir Cadillac olduğu ortaya çıkar. Onun dışında hatırladığınız her şey doğrudur. Bu hafif sapma kabul edilebilir seviyededir. Hafıza, gerçek bir zaman yolculuğu değildir. Ve eğer, bir kazanın anısını anlatırken on iki yaşına kadar öğrenmediğiniz bir sözcük kullanırsanız bu da normaldir. Gözlemleyen ve betimleyen zihniniz, sizin mevcut zamandaki bilincinizdir, üç yaşındaki beyniniz değil. Siz bir zaman makinesine binmezsiniz. Hipnoz, insanların bu tip çocukluk olaylarını ve çok daha fazlasını hatırlamalarına yardımcı olmak için kullandığım araçtır. Hastalarımın çoğu ve atölye çalışmalarıma katılmış insanlar, yalnızca çocukluklarından değil, aynı zamanda ana rahminde oldukları dönemden, yaşamlar arasında oldukları o mistik evreden ve geçmiş yaşamlardan da olaylar hatırlarlar.

Yıllar içinde, geçmiş yaşam regresyonu terapisi hakkındaki önyargılı görüşlerinin onları bu kavramı hayatlarından tamamen çıkarmalarına neden olduğu insanlarla karşılaştım.

Onlar anıların az önce belirttiğim gibi saptırılmış ya da yanlış olduklarını ya da terapatik etkilerinin hüsnükuruntuya bağlanabileceğini ya da bir regresyon geçiren her insanın kendilerini geçmiş bir yaşamda ünlü bir isimle özdeşleştirdiklerini öne sürerler. Bu eleştiriler önemli ama yanlıştır. Bu kitap, regresyondan geçmiş ya da kendi regresyonlarını gerçekleştirmiş insanların sayısız hikâyesini içermektedir ve birlikte, bu tip varsayımlara kesinlikle meydan okuyan inanılmaz bir tecrübe çeşitliliği kataloğu sunarlar. Sayfaları, önemli insanlardan çok dilenci ve köylü insanların anılarını içerir. Hayal gücü veya fantezi derinden yer etmiş fiziksel veya zihinsel koşulları iyileştirmez, ancak bu kitap geçmiş yaşamlarımızı hatırlamanın bunu nasıl yaptığına dair hikâyelerle dolup taşmaktadır – ve bu iyileşmenin meydana gelmesi için ne hastanın ne de terapistin bu kavrama inanması gerekir; tıpkı Catherine ya da benim en başta inanmadığımız gibi. Bu kitaptaki hikâyeler, bütün regresyon terapisi alanının bir mikrokozmosu, küçük evreni gibi, çok çeşitli geçmiş yaşamlar sunarken aynı zamanda ruhumuzun yolculuğunda ve evrimindeki temel ortak paydaları gözler önüne sermektedir. Zihninizi onların gerçeklerine –daha önce yaşamış ve tekrar yaşayacak olan ölümlü ve ebedi varlıklar olduğumuz, hepimizin bir olduğu ve burada aünyada sevgi ve merhamet dersleri almak için bulunduğumuz hakikatlerine– açmak, o meşhur sözden ödünç alarak, bir insan için önemli bir adım ve insanlık için dev bir adım atmaktır.

Ne zaman hastalarım ve atölye çalışması katılımcıları başarılı bir şekilde geçmiş yaşamlarından birini hatırlasalar, kutsal bilgeliğe ve fiziksel ya da duygusal iyiliğe uzanan direkt bir bağ kurulur. Diğer yanda spiritüel aralıklarla bölünmüş çoklu hayatlar yaşadığımıza dair farkındalık ölüm korkusunu dağıtmaya ve mevcut âna daha çok huzur ve neşe katmaya

yardımcı olur. Bazen yalnızca geçmiş yaşam travmalarının hatırlanması inanılmaz içgörü ve iyileşmelere yol açar. Bu, süratli yoldur.

Bir geçmiş yaşam anısına ulaşmamış insanlar, başkalarının tecrübelerine tanık olarak ya da onları okuyarak anlayışa ve güçlendirilmiş bir perspektife erişebilirler. Empatik bir özdeşleştirme güçlü bir dönüştürücü uyaran olabilir. Bu, ilerleme yönünün süratten daha önemli olduğu alternatif yoldur. Hepimiz er ya da geç bir aydınlanmış farkındalık evresine ulaşacağız.

Reenkarnasyon, hepimizin geçmiş yaşamlar sürmüş olduğu kavramı, benim daha büyük bir anlayış seviyesine girdiğim kapıdır. O kapıyı bana Catherine açtı ve ben de daha pek çokları için açık tuttum.

Ama pek çok kapı var. İnsanlar daha yüksek âlemlere ölüme yakın deneyimlerle, mistik karşılaşmalarla ya da meditasyon aracılığıyla eriştiler. Başkaları ani bir içgörü kazandı ya da "a-ha" ânı yaşadı. Tüm kapılar aynı yere açılır: Genelde hepimizin birbirimize bağlı olduğumuz ve bir şekilde tek bir enerjinin oluşumları olduğumuz eşzamanlı bir farkındalık vardır.

Yazar Paolo Coelho şöyle der: "Hayat trendir, istasyon değil." Ruhumuzun bir sonsuz sevgi ve bilgelik evresine yaptığı gizem ve mucizelerle dolu yolculuğunda, istasyonlarda, yaşamlar arasında dinlenir, enerji kazanır ve düşünürüz, ta ki tekrar yola koyulma zamanı gelene kadar: bir başka tren, bir başka beden. Tek bir yuva vardır ve hepimiz er ya da geç oraya döneceğiz. Orası mutlulukla dolu bir yerdir. Bu kitap sizin o kıyıları bulmanıza yardımcı olacak.

Bu kitabın hazinesi, geçtiğimiz yirmi üç yıl boyunca okurlar ve atölye çalışması katılımcıları tarafından dikkatle beslenmiş ve toplanmış öykülerde saklıdır. Burada, yazdığım ve düşündüğüm her şeyi vurgulayan ve onurlandıran tecrübeler paylaşıldı.

Bin sesle bu hikâyeler, yalnızca geçmiş yaşam regresyonları fenomenini değil, aynı zamanda bütün bir psikospiritüel evreni de doğrulamaktadır. Ruhları ve ruh eşlerini, ölümden sonra bulunan hayatları, geçmişle olan karşılaşmalar sayesinde sonsuza dek değişen mevcut yaşamları okuyacaksınız. Onlar size yasın nasıl teselli ve umuda dönüşebileceğini ve spiritüel dünyanın, fiziksel dünyamıza nasıl nüfuz edip onu güçlendirdiğini anlatıyorlar. Bu hikâyeler bilgelik, sevgi ve derin bilgilerle doludur. Komik ve ciddi, kısa ve ayrıntılı, ama her zaman bilge ve yön vericidirler. Dünyanın dört bir yanından derlenen bu tecrübeler, mevcut yaşamlarında uğraşıp didinen binlerce ruha yardım edecektir. Başkalarının iyileşmesine, anlamasına ve spiritüel yollarında ilerlemelerine yardımcı olmak, ruhun en asil görevidir.

Bu kitaptaki hikâye ve düşünceleri okumak, yüzlerce dolaylı regresyon yaşamak gibidir. Okurun kendi gizli geçmiş yaşam anılarına yönelik güçlü salınımlar bilinçaltını uyarır ve yükseltilmiş bir farkındalığı tetikler. Derin zihin, fiziksel ve duygusal iyileşmenin yeni olasılıklarını keşfeder. Daha yüksek doğamıza dair bir anlayış –bizim ruh olduğumuz, beden ve beyin olmadığımız anlayışı– temel değer ve arzularımızda engin değişikliklere yol açar. Bilincimiz uyanır, kutsal ama uykuda olan gözlerimizi açar ve spiritüel yolunu fark eder. Bu kitap için seçilen hikâyeler yalnızca bu nazik uyarı çağrılarını betimlemekle kalmaz, onları sağlarlar. Onları okumak, tarifsiz ama kalıcı bir şekilde değişmektir.

Bu uyanış ânında, içsel doğamızı ebedi varlıklar olarak keşfettiğimizde, kuşku kaybolur. Sanki bir eski çağ simyageri üzerimize sihirli tozunu serpmiş gibi, koku ebediyen içsel huzura, çaresizlik umuda, üzüntü neşeye, nefret sevgiye dönüşür. Ruh seviyesinde her şey olabilir.

Sözlerin kendilerine has simyasal güçleri vardır. Bu kitap bir hikâye koleksiyonu değil, dönüşümsel olasılıklar koleksiyonudur. Başkalarının regresyon tecrübelerini okuyup anlayarak onların engin bilgeliğiyle derin bir bağ kurarız. İnanılmaz bilge ve sevgi dolu bir kozmik süreçle bağlantı kurulur ve hikâye hikâye güçlenir. Bu kitap için seçilen her hikâye bu empatik bağlantıları kolaylaştırır ve ruhlarımızın derin doğasına, yeryüzündeki amaçlarımıza ve iyileştirme potansiyelimize dair erişilebilir içgörüler sağlar. Benim açıklamalarım, umarım, bu temaları daha da netleştirmeye yardımcı olur. Siz başkalarının mistik karşılaşmalarını okurken kendinize ait bir karşılaşma yaşama olasılığı artar. Hikâyeler masayı kurar ve şimdi özel konuk içeri girebilir. Bütün bir metafiziksel felsefeye ışık tutarlar. Reenkarnasyon ve geçmiş yaşam regresyonu kavramları yüce benliğimizin ve yüce amacımızın gerçekliğini ve özünü yansıtırlar. Gelecek bölümlerde yer alan teknik ve öğretiler yaşamlarımızı geliştirmek, spiritüel yolumuzda güç almak, daha fazla sevgi ve mutluluk yaşamak ve hepimiz ölümsüz olduğumuzdan, korkacak bir şey olmadığını anlamak için kullanılabilirler. Hepimiz ruhuz.

Kızım Amy, bir yazar ve editör olmanın yanı sıra bir terapi uzmanıdır. Amy'yle birlikte, paylaşacak anlamlı birer anısı olan insanlardan yüzlerce hikâye topladık. Her birini tekrar tekrar, dikkatli bir şekilde okuduk ve önemli bir noktayı aydınlatacağını, öğreti için zemin sağlayacağını ve en önemlisi, ortak yaşam derslerimizi aydınlatacağını hissettiklerimizi seçtik. Onların güzelliği ve içgörüleri, aile yemeklerimizin tartışma konularıydı. Amy ve ben, bu kitabı yazmak için bir takım olarak çalıştık. Bazen benim sözlerim onun düşüncelerine şiir ve amaç kattı; bazen onun sözleri benim düşüncelerime form ve son kazandırdı; ama her zaman pürüzsüzce birlikte

aktılar. Bu projede onunla çalışmak inanılmaz bir keyif ve mutluluk oldu. Ancak bu kitabın en önemli işbirlikçisi, sizler, bu hikâyelerin yazarlarıdır. Tecrübelerini dürüstçe, cesurca ve kolay anlaşılır bir şekilde paylaşan sizler olmadan bu kitap da olmazdı. Siz olmadan sözler olmazdı. Siz bu kitabın ortaya çıkması için ilham kaynağı, şifası için yol oldunuz.

Bu hikâyeler zengin ve derslerle işlenmiş olduğundan bu kitabın bir oturuşta okunması gerekmez. Onların bilgeliğinde keyifle dolaşın. Üzerlerinde düşünün. Duygularını ve dokularını hissedin. Kendi yaşam tecrübelerinizle paralellikler bulabilirsiniz ve bunlar, keşfetmek için zaman ayırmaya değen tecrübelerdir. Hikâyeleri gerektiği kadar, defalarca okuyun. Ben her okuduğumda, mutlaka yeni ve daha derin anlam seviyeleri keşfederim. Siz de çabucak bu hikâyelerin yalnızca geçmiş yaşamlarla ilgili olmadığını fark edeceksiniz. Söylediğim gibi, reenkarnasyon geniş bir bilince ve spiritüel bilgi ve bilgeliğin son derece zengin koridorlarına açılan bir kapıdır. Her ne kadar kapı muazzam olsa da kapının diğer tarafında ne olduğu kapıdan daha önemlidir.

Okumak üzere olduğunuz hikâyeler, spiritüel mükemmeliyet yolundaki amansız ilerleyişimizin örnekleridir. Onlar yolu gösterirler, basamakları aydınlatırlar. Topladığımız ama paylaşılmaları gereken çokyüzlü taşlar gibidirler. Birinin tüm yüzleri diğerlerini yansıtır. Ben bölümler yaratmış olsam da taşlar aslında birbirlerinin aynalarıdır ve bu yüzden holografik taşlar gibi her yerde bulunabilirler.

Yıllar önce, insanları bu değerli taşlar gibi hayal etmiş ve hayalimdeki görüntüyü *Many Lives, Many Masters* adlı kitabımda şöyle tarif etmiştim:

"Her insanın içinde bulunması gereken bir elmas var sanki. Otuz santim uzunluğunda bir elmas hayal edin. Elmasın bin

yüzü var, ama yüzler toprak ve katranla kaplı. Yüzey temizlenene ve renklerin gökkuşağını yansıtana kadar her yüzü temizlemek ruhun görevidir.

Şimdi, bazıları pek çok yüzü temizledi ve parlak ışıklar saçıyorlar. Diğerleri birkaç tanesini temizlemeyi başardı; öyle parlamıyorlar. Ancak toprağın altında, her insan göğsünün içinde yüzlerce parlak yüzü olan görkemli bir elmas barındırır. Elmas kusursuzdur, tek bir kusur bulamazsınız. İnsanlar arasındaki tek fark, temizlenen yüzlerin sayısıdır. Ama her elmas aynıdır ve her biri kusursuzdur.

Tüm yüzler temizlediğinde ve bir ışık tayfında parlamaya başladıklarında, elmas özündeki saf enerjiye döner. Işıklar kalır. Sanki elmasın yapımındaki süreç tersine döner, tüm o basınç salıverilir. Saf enerji ışık alkımlarında var olur ve ışıklar bilinç ve bilgi barındırırlar.

Ve elmasların tamamı kusursuzdur."

Şimdi size daha çok elmas.

.1.

Hepimiz Bağlıyız

Bir keresinde, büyük bir grup çalışması yaparken küçük bir kart fark ettim. Üzerinde bir şiir ya da dua vardı: "Buddha doğası tüm evreni istila ederek şimdi ve burada var olur. Bu pratiğin erdemini tüm duygulu varlıklara adıyorum. Birlikte, özgürleşmeyi gerçekleştiririz."

Bu sözcükleri okurken bunun herkes ve her şey için geçerli olduğunu fark ettim. Örneğin, daha iyi hissetmenizi sağlıyorsa "Buddha doğası" ifadesinin yerine *sevgi*, *Tanrı*, *İsa*, *yüce güç* ifadelerini veya başka bir spiritüel figürü koyabilirsiniz. Fark etmez. Bu, yalnızca tüm evrenin atomlarını ve moleküllerini ve enerji partiküllerini dolduran şefkatli, bilge ve belki de bizim algılayabileceğimizin de ötesinde tutumlarla sevgi dolu bir enerji, bir anlamda bizi var eden hızlandıran bir enerji demektir. Bu enerji, bu Buddha veya Tanrı doğası, her zaman ve her yerde, şimdi ve burada vardır. Günlük yaşantınızın pratiğini, merhametli bir şekilde tüm duygulu varlıkların, yani bilince sahip tüm varlıkların ilerlemesini sağlamaya adayabilirsiniz. Birlikte –çünkü her birimiz birbirimize bağlıyız– özgürleşmeyi gerçekleştirebilir, doğum ve ölüm ve yeniden diriliş sürecinden özgürleşebilir ve Dünya dediğimiz okuldan mezun olabiliriz.

Birlikte sözcüğü, o basit sözcük, önemlidir. Bir grubun bir araya gelmesinde son derece kutsal bir enerji vardır. Bu bölümdeki hikâyelerin de anlattığı gibi, belirli insanların belirli bir zamanda ve kolektif bir amaç için bir araya gelmeleri tesadüf değildir. Bu hikâyelerin yazarlarının bir bölümü her birimizi bir diğerine bağlayan girift, sonsuz bağları hissetme becerisine sahiptir. Kendilerine yabancılar diyen bir başka grup ömürleriyle birbirlerine yakından bağlıdır. Yabancı diye bir şey yoktur. Ayrılık yoktur. Kimse tek başına değildir.

Örneğin, atölye çalışmalarımdan birine katılan herhangi bir grup kesinlikle rastlantısal değildir. Onlar daha toplanmadan önce birbirlerine bağlıdırlar ve üstün bir kuvvetle birbirlerine çekilirler. Kozmik bir mıknatısın o atölye çalışması için gereken o belirli ruhları çektiğini düşünün. Ruh eşleri ve diğerleri, bazıları geçmiş hayatlarını paylaşmış ama henüz şimdiki hayatlarında buluşmamış insanlar bir araya gelirler. Bu birleşmeler aslında yeniden buluşmalardır.

Karta baktığımda, *Bu küçük dua ne kadar da önemli*, diye düşündüğümü hatırlıyorum. Sonra aklımda hâlâ bu duanın sözleriyle dersi anlatırken bu yoğun kursa katılan 130 kişinin yalnızca kendi amaçları için ve yalnızca geçmiş bir yaşamı keşfetmek için gelmediklerini anladım. Tanrı ya da yüce bir güç bu 130 kişiyi aralarından üç veya dördünü iyileştirmek için bir araya toplamış olabilir miydi? Onların niyeti, "Şimdi bu 130 özel insanı ve eşsiz enerjilerini grupta ihtiyacı olan bu üç veya dört kişiyi iyileştirmeleri için bir araya getirelim," olabilir miydi? O 130 kişinin arasına dahil olmak nasıl bir ayrıcalık, nasıl bir onur ve nasıl bir nimet olurdu.

Bu, bana ve grubun geri kalanına farklı bir bakış açısı kazandırdı. Mucizelerin yaşandığını fark ettik. Sadece gözlerimizi açmamız gerekiyordu.

• BAĞLANTININ DOKUSU •

1993 yılında, benim hakkımda hiçbir şey bilmeyen ama onun benim "için" olduğunu söyleyen bir yabancı bana *Many Lives, Many Masters* adlı kitabı verdi. O kitap sayesinde hayatımda olan biten her şey en sonunda bir anlam kazandı – geçmiş yaşamlarla olan tecrübelerimden çok yas algısına dair hissettiğim kişisel çatışmalar çözümlendi. Hayatımda ilk kez, bir insan öldüğünde onun kaybıyla tam anlamıyla sarsılmadığımı hissetmemin onaylandığını hissettim. Sizinle çalıştığım ve sizden bir şeyler öğrendiğim takdirde, başkalarının da algılarını ıstıraptan tekrar bağlantıya çekmeye yardımcı olabileceğimi anladım.

On yıldan uzun bir zaman önce, o sırada California'da devriye polisi olan kocam bir kovalamaca esnasında öldürüldü. Bundan iki yıl sonra, sizi *The Oprah Winfrey Show*'da gördüm ve izlerken o aynı anlayışın içimi kapladığını hissettim. Yalnızca birkaç hafta sonra temmuzda Omega eğitiminiz olduğunu öğrenince birkaç dakika içinde rezervasyon yaptırdım. Suyun akışı kadar kolay olmuştu.

Omega'ya geldiğimde, psişik farkındalığım daha önce hiç olmadığı kadar açılmıştı. Yalnızca başkalarıyla değil, aynı zamanda küçük hayvanlar ve bitkilerle olan bağımın bilincindeydim. Tüm grubun önünde bana bir regresyon terapisi yapmayı kabul ettiniz. Siz hızlı bir giriş yaparken ben hemen farkındalığımda yalak sözcüğünü gördüm ve sonra yetiştiğim çiftlikte atların su içmesi için kullandığımız yalağın kendisini gördüm. Koşullar gereği çok sevdiğimiz atlarımızı satmaya mecbur bırakıldığımızı anımsadım. Bu mecburiyetin babama verdiği acıya, nasıl anneme içgüdülerinin ona atları belirli bir alıcıya satmaması gerektiğini söylediğine ve bu içgüdüleri

görmezden geldiği için büyük bir pişmanlık duyduğuna tanık olduğumu hatırladım. Babama daha fazla vicdan azabı yaşatmamak adına bilinçli olarak ağlamamaya karar vermiştim. Bir çocuk olarak o andan başlayarak sizinle Omega'da oturduğum âna kadar, o olayla ilgili üzüntü düşüncesi bile yüreğimin derinliklerinde ve anonim bir şekilde kaldı. Neler olduğunu anlattığım sırada verdiğim her nefesle diyaframımdan akan acıyı hissettim. Mutlak şok ve rahatlama kombinasyonu tarifi imkânsız bir duygu seliydi.

Sonra oğlumun doğumunu, kendi içgüdülerim bana doğumla ilgili bir sorun olduğunu haykırırken ben doktorumun beni defalarca paranoya yaptığıma ikna etmesine izin verişimi hatırladım. Sonunda doktordan doğumu başlatmasını istemiştim ve o gönülsüz bir şekilde kabul etmişti. Ama hastaneye geldiğimde, acil sezaryen odasına alındım. Oğlumun tüm plasentada ve göbekbağında enfeksiyona neden olan bir kangrenden ötürü diriltilmesi gerekiyordu. Ertesi gün, sonunda onu kucağıma alabileceğim kadar stabil duruma geldiğinde, ona baktım ve küçük lekeli parmaklarını gördüm. Aldığım havadan daha çok güvenmem gereken sezgilerimi göz ardı ederek bir ebeveyn olarak ilk gerçek sınavımı geçemediğimi fark ettim. Tıpkı babamın atlarımızı sattığında yaptığı gibi öfkeyle, üzüntüyle ve hayal kırıklığıyla ağlamaya başladım. Tam da o sırada oğlum huysuzlanmaya ve huzursuzlanmaya başladı ve ben bu acının benden geldiğini fark ettim. Ona başka bir acı daha yaşatmaktan korkarak ağlamayı kestim ve o vicdan azabını tamamen unuttum, ta ki on dört yıl sonra sizinle yaptığım o seansa kadar. Gerçek anlamda dünyanın yükü omuzlarımdan kalkmış gibi rahatlamıştım.

Sonra kılavuzlarımın mevcudiyetinin farkına vardım ve o tanıdık huzur ve aidiyet hissi dört bir yanımı sardı. Tıpkı

onların benim bir parçam olması gibi, benim de onların bir parçası olduğumun farkına varmamı sağladılar ve ben sizi hemen yanı başımda hissettiğim anda, sizin de o "ekibin" bir parçası olduğunuzu hissettim.

Kocamın orada olup olmadığını sordunuz. Yanıtı ararken onu hem sol yanımda hissettim ve onu farkındalığıma dahil etmek istercesine ona döndüm. Ben sola döndüğüm anda, onu önümde hissettim; başıma çevirdim ve sağ tarafımda olduğunu, ama aynı anda sol yanımda ve önümde durduğunu hissettim. Hissettiğim şeyin ne olduğunu anladığım anda, "O her yerde!" dedim.

Bunu duyar duymaz 130 kişilik salondan kolektif bir rahatlama sesi duyuldu. O anda bir gece önce kendimizi takdim etmeye başladığımız andan itibaren mavi ipler gibi beni salondaki her insana bağlayan, benim diyaframımdan onlarınkine uzanan enerjiyi hissettim. Merhum kocamın mevcudiyetine dair farkındalığımı paylaşmamla yaşadıkları duygusal yoğunluğa bir yanıt olarak yaşadıkları o rahatlamayla, her birinden mavi ipler uzandı ve güzel, basit ama aynı zamanda karmaşık bir bağ ile birbirlerine bağlandılar. O andan itibaren yapmayı sürdüreceğim her şeyin tüm o insanları da etkileyeceğini fark ettim, tıpkı onların yapacağı her şeyin salondaki diğer insanları da etkileyeceği gibi. Aramızdaki gücümüzün bağımızda saklı olduğu bilgisiyle birlikte, *Şifacıları iyileştir,* sahip olduğum farkındalıktı.

Kılavuzlarımın hâlâ yanımda olup olmadığını sormanızla geri döndüğümü hatırlıyorum. Yanımda olduklarını, her zaman yanımda olduklarını söyledim ve "Biz bir ekibiz ve bir amacımız var," dedim. Siz o amacın ne olduğunu sordunuz ve ben bitmek bilmeyen görüntüler –yalnızca görüntüler– ama ayrıntıları ve duygu yoğunluğu olan görüntüler görmeye başladım. Yakalayabildiklerim arasında, ranzasının yanında başını iki elinin

arasına almış, kendine karşı kurbanlarının hayal bile edebileceğinden çok daha şiddetli bir öfke, korku ve acı hisseden, çünkü yaptığı şeyleri neden yaptığını bile bilmediğinden kendi eylemlerine güvenemeyen bir mahkûm vardı. İkisi de açlıktan ölmek üzere olan bir anneyi ve çocuğunu gördüm. Anne çocuğunun açlıktan kendinden önce öleceğini biliyor, çocuğunun annesi önce ölmediği için onun bencil bir anne olduğuna inanmasından korkuyor, boğazında düğümlenen ıstırapla ağlıyordu. Bu görüntülere dair sözlü olarak yorumlayabildiğim tek şey şu oldu: "Istırap, ıstırap, çok fazla ıstırap." Bu görüntüler beni parçalara ayırıyordu ve ben hıçkıra hıçkıra ağlıyordum.

"Tüm bu ıstırabın sebebi korku, yanlış anlamalar, korkmak ve korkulmak," dedim. Sorduğunuz soruya yanıt olarak, amacın korkunun elenmesiyle, tüm canlıların takip edecekleri bir yükselmeyle kolektif ıstırabı dindirmek olduğunu biliyordum. Şimdi bir olmanın bir amaç olmadığını –zaten öyle– ve yaptığımız her şeyin, bireysel olarak yaptığımız önemsiz gibi görünen şeylerin bile, aslında hepimizi doğrudan doğruya etkilediğini biliyorum.

~ Nina Manny

Söyleşilerimde ve atölye çalışmalarımda, sık sık hepimizin nasıl bağlı olduğundan, bir insanın yaptığı şeyin diğer herkesi nasıl etkilediğinden söz ederim. Nina bunu güzel bir şekilde anlatıyor: Gücümüz bağımızda saklı. Bizi birbirimize bağlayan bağlar spiritüel anlamda sevmenin bağlarıdır. Hepimiz aynı enerjidensek kemik ve kan değil, partikül ve dalgadan oluşuyorsak, o zaman yaptığımız her şey bir diğerini etkiler – ve yalnızca insanları da değil. Düşünce ve eylemlerimizin neticeleri vardır ve bu korku dolu ya da zararlı değil, sevgi

dolu ve merhametli olmak için önemli bir sebeptir. Onlar bizim kaderimizi ve geleceğimizi yaratırlar.

Nina'nın hikâyesi bizi birleştiren enerji bağlarını harika bir biçimde özetler. Ama burada bundan çok daha fazlası vardır. Nina, ölen kocasının her yerde her an var olan, sevgi dolu mevcudiyetini hisseder. Tanrı'nın, cennetin ellerinin bize bazen kılavuzlarla, bazen meleklerle, spiritüel elçilerle ya da başka pek çok şekilde sağladığı daimi ebedi bilgeliğin farkındadır. Dersler, kayıplar, ıstırap ve umutlarla dolu ömürleri hatırlar. Nina, bana Catherine aracılığıyla bir Usta'dan uzun zaman önce gelen ve *Many Lives, Many Masters* adlı kitapta yer alan bir mesajı anımsattı. Bu, o günden bu yana beni besleyen ve motive eden bir mesajdır:

> "Fiziksel evrede olan insanlar için uygun tedavinin bu olduğu konusunda haklıydın. Zihinlerindeki korkuları silmelisin. Korkunun var olması, bir enerji ziyanıdır. Bu, onları buraya gerçekleştirmek üzere gönderildikleri şeyi hayata geçirmekten alıkoyar... Enerji... her şey enerjidir. Öyle çoğu ziyan oluyor ki. Dağın içi sessizdir; merkezi sakindir. Ama tüm sıkıntının yaşandığı yer dağın dışıdır. İnsanlar yalnızca dışarıyı görebilirler... sen içeri, derinlere inmelisin... Korkudan kurtulmalısın. Bu, sahip olduğun en önemli silah olacaktır."

Bu, Nina'nın bize anımsattığı şeydir: "Tüm ıstırabın sebebi korkudur." Sevgi ve anlayış korkuyu dağıtır.

Büyük öğretmen Jon Kabat-Zinn bana bir dağ meditasyonu öğretti. Bunu sık sık düşünürüm, çünkü dışarıda ne olursa olsun, her zaman merkezde nasıl kalacağımı anlamama yardımcı olur. Bunun benim için çok güçlü bir imge olmasının

sebebinin, Ustaların bana bundan uzun zaman önce, yukarıdaki mesajda söz etmiş olmaları olduğuna inanıyorum.

Zirvesi karla kaplı güzel bir dağ hayal edin. Ona baktığınızda, daimi bir huzur ve değişmez bir ısıya sahip bir içsel temeli olduğunu görebilirsiniz. Dışarıda ne olursa olsun, içeride hiçbir şey değişmez.

Şimdi mevsimlerin gelip geçtiğini hayal edin. Yaz şimşeklerle, fırtınalarla, seller ve yangınlarla gelir, ancak dağın içi tamamen dingin, sakin ve durgun kalır. Yaz uğultulu rüzgârlar ve ağaçlardan dökülen yapraklarla sonbahara döner; ardından karlar ve dondurucu derecelerle kış gelir ve kar eriyip çığlar toplanırken ilkbahar olur. Ancak içsel özü, dağın içindeki o güzel derinlik, değişen mevsimlerin hiçbirinden etkilenmez.

Bizler dağ gibiyiz. Fırtınalar ne kadar güçlü olursa olsun, rüzgârlar ne kadar gürültülü eserse essin, dışarıda yaşanan olayların bizi neşemizden ve uyumumuzdan mahrum bırakmasına izin vermek zorunda değiliz. Hepimiz o sakin ve huzurlu içsel öze sahibiz. Ona ihtiyaç duyduğumuz ya da onu istediğimiz her an oradadır. İçe dönerek onun güçlü iyileştirici mevcudiyetine erişebiliriz. Dağ, içeride, kusursuzdur – bizler de öyleyiz.

Şimdi o dağa turistlerin geldiğini hayal edin. Trenle, uçakla, arabayla, tekneyle ve başka yollarla geliyorlar. Ve hepsinin fikirleri var: Bu dağ diğer yerlerde gördüğüm dağlar kadar güzel değil. Çok küçük, çok büyük, çok dar, çok geniş. Ama dağın umurunda değil, çünkü o, dağın ideal özü olduğunu bilir.

Yine biz o dağ gibiyiz. İnsanlar bizim hakkımızda ne söylerse söylesin, ne gibi eleştiriler ya da hükümler öne sürerlerse sürsünler, bizler halihazırda ideal ve kutsal olanız. Onların fikirlerinden etkilenmek zorunda değiliz, ailemiz, patronlarımız ya da sevdiklerimiz gibi bize yakın olan insanların fikirlerinden bile. Bizler, yüreğimizin derinliklerinde, spiritüel bir varlığın

kusursuz özüne sahip olduğumuzu biliyoruz. Biz onlara yetki vermedikçe başkalarının sözleri bizi içsel huzurumuzdan ve neşemizden mahrum bırakamaz.

Kendime ve başkalarına tıpkı güzel bir dağ gibi sahip olduğumuz görkemi ve asaleti anımsatmak için sık sık bu meditasyonu kullanırım. Her ne kadar bunu unutmuş olsak da bizler zaten kusursuzuz. Her zaman böyle olduk.

• SEVİLİYORSUN VE DEĞERLİSİN •

2010 yılının Ekim ayında Omega'da geçirdiğim hafta yüreğimi pek çok şekilde etkiledi ve açtı. Unuttuğum pek çok şeyi bilincimin yüzeyine çıkarmama yardım etti. Ne zaman dingin bir şekilde otursam ve hepimizin nasıl mucizelerle dolu olduğunu hissetsem, içimde beni gözyaşlarına boğan bir yeniden uyanış belirir.

Birinci sabah, Dr. Weiss bizi bir grup regresyonuna soktu. Bu benim ilk regresyon terapim değildi ve bir diğer geçmiş-yaşam deneyimini dört gözle bekliyordum. Genelde bu yolculuğa rehberlik eden insanın sözlerini sezer, hisseder ve uyumlu olduğumu düşünürüm. Ancak bu kez şaşkın bir şekilde kendimi bu hayatta, şimdiki yaşımda gördüm. Her şeyin başımı döndürdüğü bir alanda tek başıma duruyordum. Önüme baktım ve bir sis perdesi gördüm. O sis perdesinin içinden bir kol uzandı, elimi tuttu ve beni perdeden içeri çekti.

Kendimi, 1970'lerde, yirmili yaşlarımızdayken hayatını kaybeden eski bir arkadaşımın, Joe'nun önünde dururken buldum. Joe ve ben çok yakındık. Hatta ondan önce veya sonra kimseyle o kadar yakın olmamıştım. Arkadaş, sevgili, sırdaştık. Ölümden sonra yaşam olasılıkları üzerine saat-

lerce konuşurduk. Birbirimize ilk kim ölürse onun diğerine geri dönüp ölümün nasıl bir şey olduğunu anlatacağına söz vermiştik. Sonunda yollarımız ayrıldı ve ikimiz de kötü bir şekilde kendi yollarımıza gittik.

Bir veya iki yıl sonra, Joe'yla telefonda konuştuk ve aramıza giren şey her ne ise artık eskisi kadar güçlü olmadığını anladık. Bir dahaki sefere Santa Barbara'ya gittiğimde onu ziyaret etmemi istedi. Tamam, dedim, ama yapmadım. Korkuyordum ve kendime onu görmek için daha uzun zamana ihtiyacım olduğunu söyledim.

Bundan kısa süre sonra ortak bir arkadaşımızdan bana Joe'nun intihar ettiğini bildiren bir telefon aldım. İnanamamıştım. Öfkelendim, üzüldüm ve sonra yine öfkelendim. Santa Barbara'dayken onu aramış olsaydım belki de bu hiç yaşanmayacaktı.

Zaman geçti ve Joe sözünü tuttu. Sık sık, çoğu zamanda gece rüyalarımda ziyaretime geldi. Ayrıca, bir başkasına intihar ettiği için ne kadar öfkeli olduğumu söyledikten hemen sonra, yatağımda zangır zangır titreyerek uyanır ve bana ona kızmamamı söyleyen sesini duyardım. Öfkemi yüksek sesle dile getirmekten vazgeçmeye karar verdim ve kısa süre sonra onu ne kadar özlediğimi anladım. Sonunda Joe'ya artık rüyaları istemediğimi söyledim ve onlar da kesildi.

O günden sonra, zaman zaman, Joe'nun enerjisini etrafımda hissettim; yalnızca onun yanımda olduğunu bilmek bile telkin ediciydi. Sonra bir gün, 1990'larda, mutfağımdaydım ve etrafımda Joe'nun enerjisini hissettim. Etrafımda ve içimdeydi. Bana beni sevdiğini ve bu titreşimden ayrılıp başka bir boyuta gittiğini, yapması gereken işler olduğunu söylediğini duydum. Bana AIDS'ten ölen insanları karşılayacağını söyledi. Çok fazla üzüntünün, ıstırabın ve şaşkınlığın olduğu bir alan gösterdi. Bunun, kendi hayatını sonlandırdığı için ödemesi

gereken borcun bir parçası olduğunu söyledi. Enerjinin beni sardığını ve içimi daha önce hiç hissetmediğim koşulsuz bir sevgiyle doldurduğunu hissettim. Yanaklarımdan yaşlar süzüldü. Günün ortasında mutfakta öylece durduğumun farkına varmadan önce ne kadar zaman geçti, bilmiyorum.

Joe'nun enerjisini son kez o gün hissetmiştim – ta ki eğitimin birinci sabahındaki grup regresyonuna kadar. Orada, Joe'nun önünde duruyordum. Beni yanına çekti ve doyasıya, koşulsuz bir sevgiyle sarıldı. Şimdi kanatları vardı. Konuşmadan, bana ilerleme kaydettiğini söyledi. Kanatlarını bana sardığını hissedebiliyordum. Sanki etrafımızda beni sevgiyle saran başka enerjiler de vardı. "Seviliyorsun, değerlisin," sözlerini duydum. Çenem acıyordu, boğazım gergindi, kollarım ağrıyordu ve gözlerimden yaşlar akıyordu. Ben mesajı kabul edip ona teslim olana kadar Joe bana sıkıca sarıldı ve o anda fiziksel rahatsızlık son buldu. Bir öğretmen geldi ve kalbime bir "ışık kristali" bıraktı. Ben Dr. Weiss'ın sesini izledim ve gözlerimi açtım. Geri dönmüştüm. Geri dönmek istemiyordum! Burası ıssız ve soğuktu.

O öğleden sonra, Dr. Weiss'ın hızlı bir indüksiyon gösterebilmesi için grup önünde hipnoz edilmek üzere gönüllü oldum. İşe yaradı. Hipnoz altındayken Dr. Weiss bana sabahki yolculuğumu sordu. Ona Joe'yla buluşmamdan söz ettim, ama kasıtlı olarak adını söylemek yerine "bir arkadaşım" diye anlattım. Ona kanatlardan ve mesajından söz ettim. Arkadaşımın intihar ettiğini ve söz verdiğim gibi görüşmeye gitmediğimi söyledim. Dr. Weiss bana arkadaşımın intiharından sorumlu olmadığımı ve suçluluk duymamam gerektiğini söyledi. Arkadaşım için ben, onun deyimiyle, "seviliyordum ve değerliydim".

Ânında bir rahatlama hissettim. Bu sorumluluk yükünü

taşıdığımın farkında değildim, ama şimdi dile getirildiğinden, bir üzüntü katmanının hafiflediğini hissedebiliyordum. Ânın duygusunu hissettim, ama yine de bir şeyleri sıkıca tuttuğumu ve tam olarak bırakmadığımı seziyordum.

Günler sonra, yine eğitim sırasında, bir arkadaşımla birlikte kahvaltı etmek üzere yemek salonuna gidiyordum. Rachel isimli bir kadın da bize doğru yürüyordu. Dikkatli gözlerle bana baktı ve "Sen Jeannette misin?" diye sordu.

Onayladığımda, "Sana Joe'dan bir mesaj getirdim. Seni sevdiğini söyledi," dedi. Bana bu mesajı aldığını ve iletmek için beni bulmak zorunda hissettiğini anladı. Gözlerimden yaşlar akarak ona teşekkür ettik. Bu, benim onayımdı. Joe da beni iyi tanıyordu. İnandığımdan emin olmak için bu mesajı bir başkası aracılığıyla göndermek zorunda olduğunu biliyordu.

Ve ben inandım. Bu karşılaşmadan beri, sessiz bir dinginliğe eriştim. Kendimle hiç olmadığım kadar rahat hissediyorum. Şimdi bu fiziksel düzlemde hayal edemeyeceğimiz pek çok şekilde sevildiğimizi biliyorum. Ve şimdi, sonunda, bu gerçeği kabul ettim.

~ Jeannette

Dünya, farklı seviyelerden öğrencilerin bir araya getirildiği tek sınıflık bir okul gibidir: Birinci sınıflar son sınıflarla, ihtiyaç içindeki öğrenciler şifacılarla bir aradadır. Dersleri her dilde verilir ve her konuyu kapsar. Bu okula tüm uluslardan ve tüm ırklardan öğrenciler katılır – her insan katılır. Hepimiz spiritüel bir mezuniyet yolunda ilerleriz. Bu okuldaki dersler zordur, çünkü burada bedenlerimiz vardır. Dolayısıyla hastalık, ölüm, kayıp, acı, ayrılık ve ıstırabın daha pek çok evresini deneyimleriz. Ancak dünya aynı zamanda inanılmaz bir güzel-

lik, fiziksel sevgi, koşulsuz sevgi, ruh eşleri, tüm duyularımız için zevkler, şefkatli ve merhametli insanlar ve hızlandırılmış spiritüel büyüme için fırsatlar gibi güçlü iyileştirici erdemlere sahiptir. Sonuçta, pek çok ömür boyunca bizler tüm bu dersleri öğreniriz. Bir gün eğitimimiz tamamlanır ve artık reenkarne olmamıza gerek kalmaz.

Jeannette, bilincimiz fiziksel bedenden ayrıldıktan sonra bile eğitimimizin diğer tarafta nasıl devam ettiğine dair bir fikir vermektedir. Dünya bir okuldur – zor ve popüler bir okul, ama tek okul değil. Daha yüksek âlemlerde, bedensel hisler, duygular, ilişkiler ya da hastalıklar aracılığıyla öğrenmeyiz. Orada çalışmalarımız daha soyut ve kavramsaldır. İnsani farkındalığımızın ötesinde var olan ileri boyutlar keşfeder ve onların pek çok sırrını çözmeye başlarız. Orada, Dünya'da katı ve materyal gibi görünen oluşumları görür ve hissederiz. Bu mutlak enerjilerin en yüksek titreşiminde, onlara dair bir anlayışa erişiriz. Orada, sevgi dolu şefkatliliğin nüanslarını ve seviyelerini keşfederiz; Dünya'yla ve Dünya'nın fiziksel formlarıyla kıyaslandığında, bu daha yüksek bir oktavda öğrenmedir. Bu dersler mezuniyet-seviyesi dersler olsa da, onlar hâlâ ruhumuzun müfredatının bir parçasıdırlar. Bilgimiz her zaman artar, çoğalır.

Joe Jeannette'e, kendi hayatını sonlandırdığı için bir borcu olduğunu söyler. Büyük olasılıkla intihar ettiğinde sağlıklı bir bedeni terk etmiştir. Bilinci elbette incinmiş veya zarar görmüş değildir, ama bir beden olmadan dünya düzlemindeki görevini yerine getiremez. Beden, ruhun fiziksel bir boyutta var olması için şarttır. Joe'nun ruhu, dünya üzerindeki spiritüel yolculuğuna devam etmek için bir sonraki enkarnasyonunu beklemek zorundadır. Ama ruhu ebedi kınanma ya da lanetlenme ile cezalandırılmamıştır. Karma öğrenmek içindir, ceza için değil.

Ve Joe, AIDS'ten ölen insanların ruhlarıyla çalışmak üzere görevlendirilmiştir. Bunlar bedenleri korkunç bir hastalıktan ötürü onarılması imkânsız bir hasar gördüğü için büyük ıstıraplar çeken ve çok genç ölen insanlardır. Joe'nun sağlıklı bir bedenin, hayat armağanının değerini öğrenmesi için daha iyi bir yol olabilir mi?

AIDS kurbanlarının ruhlarıyla çalışırken Joe sıkıntı veya stres içinde değildi. Koşulsuz sevgiyle doluydu. O bir anlamda, meleksi bir varlık gibi kanatlarını kazanıyordu. Karmik borçlarını siliyordu. Eğer Joe, tüm borçları ve kusurlarıyla insandan meleğe geçiş yapabiliyorsa hepimiz yapabiliriz. Çünkü bizler gerçekten de geçici olarak insan maskesi altında saklanan melekleriz.

Hikâyesinde Jeannette, ona verecek özel bir mesajı olan Rachel'la yaptığı konuşmadan söz ediyor. Aşağıdaysa Rachel o mesajı nasıl aldığını anlatıyor:

• ONA ONU SEVDİĞİMİ SÖYLE •

Omega Enstitüsü eğitiminde, bir gün regresyon terapisine katıldım ve zihnimde, papatyalarla dolu güzel bir bahçeye götürüldüm. Orada beni sevgi ve mutlulukla izleyen kılavuzlarımla bir süre sohbet ettim. Sırt ağrım ve kontrol duygularım konusunda mesajlar aldım. Bir süre sonra bu âlemden ayrılmaya hazırdım ama beklemem gerektiğini hissettim. O anda bir ruhun benimle konuşmak üzere geldiğini fark ettim. Bunun benimle bir ilgisi olmadığını biliyordum. Jeannette'e bir mesajı vardı.

"Ona onu sevdiğimi söyle," dedi bana.

Adını sormak zorunda hissettim. Joe'ydu. Çok sıradan oldu-

gündan buna kuşkuyla yaklaştım. "John Doe" bile olabilirdi. Yine de nasıl göründüğüne dair net bir vizyona sahiptim. Bana kısa, kıvırcık, gri saçları, yanık teni ve geniş bir göğsü olan daha yaşlı bir adam gibi göründü. Mutluluktan hoplamaya başladı, çünkü ben ona mesajı ileteceğimi söyledim.

Ne yazık ki henüz yüzden fazla insanın olduğu bir eğitimin ikinci günüydü ve Jeannette'in kim olduğuna dair hiçbir fikrim yoktu.

Daha önce de mesajlar almıştım, ama yalnızca rüyalarda ve hiçbiri bu kadar net değildi. Geçmişte aldığım tüm mesajlar ben bu konuda bir şey yapana kadar içimi kemirirler. O akşam Jeannette'i bulamadığımdan içim içimi yedi. Yatmaya gittiğimde, Joe'dan başımın etini yemek için sabaha kadar beklemesini rica ettim.

Bu bekleme fikrinin nereden geldiğini ya da böyle bir şey olup olmadığını bilmiyorum, ama nispeten huzurlu bir uyku çektim. Alarmım ötmeden bir saat önce uyandım ve Joe kulağımda Jean tte diye sayıklıyordu.

Sonunda mesajı verip Jeannette'in Joe'yu gerçekten tanıdığını öğrendiğimde, Joe'dan beni bırakmasını ve ışığa gitmesini istedim. Ben istemesem de Joe kalıp bana yardım etmek istediğini söyledi. Bana yardım etmenin, kendi spiritüel iyileşmesinin bir parçası kadar bana teşekkür etme yolu olduğunu açıkladı. Bu, yapması gereken bir şeydi ve yolculuğunda ona engel olmak gibi bir niyetim yoktu. O günün sonunda, Joe meleklerime bana mesajlar iletmeleri konusunda yardımcı oldu ve gitti.

~ Rachel

Rasyonel zihinlerimiz sık sık yaşadığımız mistik, spiritüel ya da psişik karşılaşmaları hafifletmek, hatta olumsuzlamak ister.

Kendi tecrübemizin yakınlığını ve gücünü unuturuz. Onay ve teyit alırsak kuşkularımızdan arınmayı ve olayın gerçekliğine kucak açmayı başarırız.

Rachel Joe tarafından, Jeannette'in regresyon terapisi sırasındaki buluşmasını onaylamaya mecbur edilmişti. Jeannette aynı zamanda, mutfağındaki buluşmanın onun hayal gücünün bir ürünü olmadığına da ikna oldu. Joe ona yardım ediyor, onu iyileştiriyor ve ona duyduğu ebedi sevgiyi yayıyordu.

Joe'dan ve diğer "enerjilerden" gelen mesajlar yalnızca Jeannette için değildir. Onlar hepimiz içindir: "Siz seviliyorsunuz. Siz değerlisiniz." Hepimiz öyleyiz. Kendi zihninizin bu gerçekliği hafife almasına ya da çürütmesine izin vermeyin.

Birazdan hikâyesini okuyacağınız Faith de öteki taraftan önemli bir mesaj aldı. Bu mesajı sahiplerine iletmek onun, yalnızca kendi psişik izlenimlerini değil, aynı zamanda sevdiklerimizin her zaman yanımızda olduğu gerçeğini de teyit etmesine olanak verdi.

• ÖTEDEN MESAJLAR •

2002 yılındaki atölye çalışmanızın ikinci günü bir regresyonla başladı. Regresyon sona erdikten sonra insanların neler yaşadıklarını anlatabilmeleri için her yerde mikrofonlar vardı. Salonun diğer tarafında bir kadın elinde mikrofonla ayağa kalktı ve yakın zamanda kızı kanserden öldüğü için bu hafta buraya gelmeye karar verdiğini anlattı. O konuşurken arkasında bir ışık gördüm. O görüntüden kurtulmaya çalıştım, ama her baktığımda ışık giderek parlak bir hal aldı ve sonunda kadının hemen arkasında duran kahverengi saçlı, mavi gözlü güzel bir kıza dönüştü. Kız doğrudan doğruya bana bakıyordu.

Bu kadını bulmak ve ona söylemek zorunda olduğumu hissettim. Mola sırasında koridora çıktım ve her ne kadar o etkinlikte beş yüz civarında insan olsa da koridorda yalnızca bu kadın ve kocası vardı.

Önce, arkasında gördüğüm kızı tüm ayrıntılarıyla tarif ettim. Kadın çantasından bir fotoğraf çıkarıp kızının resmini bana gösterirken ikisi de gözyaşları içindeydi. Bu, az önce tarif ettiğim kızdı.

Sonra ona, bulaşıkları yıkarken su üzerine sıçradığında duyduğu kıkırdamaların hayal olmadığını; yatağı yaparken ve gıdıklandığını düşündüğünde gerçekten gıdıklandığını ve otururken, kitap okurken ya da televizyon seyrederken birinin ona sarıldığını ya da omzuna başını koyduğunu hissettiğinde bunun gerçek olduğunu anlattım.

Kocası hiçbir şey söylemedi. Kadın bana, her ne kadar kocası bu tip şeylere inanmasa da bu hafta sonu buraya gelmek için bilet aldığını, çünkü gelmek zorunda hissettiğini anlattı. Kadın mola sırasında dışarı çıkmak istediğinde, kocası şimdi durduğumuz yerden uzaklaşmasına izin vermemişti, dolayısıyla onlar da yerlerinden kıpırdamadan duvarlardaki tablolara bakıyorlardı. Ona anlattığım her şey, kocasından başka kimseyle paylaşmadığı ama evin içinde olduğunu hissettiği şeylerdi.

Elbette şimdi hepimiz ağlamaya başlamıştık. Gülümsedim ve şöyle dedim: "Her ne sebepten olursa olsun, kızınız beni az önce söylediklerimi size anlatmam için seçti." Ben hayaletler gören ya da onlarla konuşan insanlardan değilimdir, ama bu genç kadın kuşkusuz benim aracılığımla ailesine bir mesaj iletmişti.

Çalışma salonuna dönüp yerime oturduğumda, o mesajları aldığım sırada bulunduğum evrenin ne kadar değişmiş olduğunu fark ettim. Benim oturduğum yerden, mikrofonla konuşan

o kadını görmem fiziksel olarak imkânsızdı. Salonda iki destek sütunu vardı; ben sol kenarda oturuyordum ve mikrofon sağ kenardaki sütunun hemen arkasındaydı. Benim kızın orada durduğunu görmem imkânsız olmalıydı. Ancak görmüştüm. O kadının kızını görmek ve o gün bir haberci olup onun ve kocasının ıstırabına bir nebze huzur katmak zorundaydım.

~ Faith Susan

Her birimiz bildiklerimizin de ötesinde sezgisel becerilere ve güçlere sahibiz. Faith profesyonel bir medyum ya da bir psişik değil, ama değiştirilmiş evreye girdiğinde, vizyonu durugörü seviyesine ulaştı ve fiziksel engelleri aştı. Gözleri ve kulaklarıyla olduğu kadar kalbiyle de gördü ve duydu. Ve küçük kızın babası, sebebini bilmese de sezgilerine bilet alıp etkinliğe gelecek ve mola sırasında koridorda bekleyecek kadar güvendi.

Sezgilerimize kulak vermezsek engeller ve zıtlıklar yaratırız ve çoğu zaman bu tehlikeli olabilir. Ama kalbimize kulak verirsek süreçle birlikte akarız; Taoist *wu wei* ilkesi gibi zorlamaz, engellemeyiz. Spiritüel varlıklar anlamak ve süreçle birlikte akmak için çaba gösterirler, ona karşı mücadele etmek için değil.

Kahverengi saçlı küçük kız ailesini teselli etmek, acılarını hafifletmek istedi. Üç yetişkin zihinlerini açmayı ve sezgilerine güvenmeyi başardıkları için bu teselli yerine ulaştı.

Kuşku duyduğunuzda kalbinize kulak verin, zihninize değil.

• KÜÇÜK NARİN ÇİÇEK •

2009 yılının Temmuz ayında Omega atölye çalışmanıza katıldım. Süregelen tıbbi sorunlarımla yakından ilgilendiğiniz

ve birebir regresyon terapiyle bana zaman ayırdığınız size teşekkür etmek istiyorum. Regresyondan sonra her şeyi anlamaya başlamam birkaç gün sürdü. Özellikle sarı, zehirli çiçeklerle dolu bir tarlada çocuk olduğum ve o çiçeklerden birini yediğim hayatla bağlantılar kurmaya başladım. Annem, bu hayatta sahip olduğum aynı anne, beni kurtaramadığı için üzüntüden perişan olmuş ve ölümüm üzerine intihar etmişti. Konuştuğumuz gibi, bu hayatta aşırı korumacıydı ve kısa süre sonra ben, geçmişte bana söylediği şeyleri anımsamaya başladım.

Bir keresinde, annem bana hamile kaldıktan sonra, bu hamilelikten habersiz babamla ayrılmaya karar verdiklerini anlatmıştı. Annem hamile olduğunu öğrendiğinde, hamileliğe son vermeyi düşünmüşlerdi. Arkadaşları, ailesi ve babam annemi, bu hamileliğe devam etmenin büyük bir hata olacağına ikna etmeye çalışmışlardı. Ancak annem, sebebini bilmese de asla bu bebeğin hayatını sonlandıramayacağını ve tek başına ebeveyn olmak zor olsa da o bebeği doğurmak zorunda olduğunu söylemişti. Bana her zaman, beni dünyaya getirmesi gerektiğine dair şiddetli bir duyguya kapıldığını söylerdi.

Ayrıca annemin bana, hamileliği sırasında aşırı paranoyak olduğunu söylediğini hatırladım. Sık sık bir süre hareket etmediğimi fark eder ve telaşla doktora koşarmış. Hep sonuna kadar dayanamayacağımdan endişe edermiş. Ayrıca çocukken sürekli hastalanırdım ve bu hastalıklar genelde hastane ziyaretleriyle son bulurdu. Ben her hastaneye kaldırıldığımda, annem onu atlatamayacağımı düşünürmüş.

Regresyon terapisinden sonra bu hayata annemin her daim yaşadığı kaybetme korkusundan ötürü, benim sürekli gözetim altında olmam fikriyle geldiğimi fark ettim. Tuhaftır ki çocukluğumda sürekli hasta ve zayıf olduğumdan, annemin bana sık sık "küçük narin çiçek" diye hitap ettiğini hatırladım.

Bunu hatırlamak oldukça tuhaftı, çünkü sizinle birlikte yakın zaman önce, bir başka hayatta küçük sarı çiçekler yiyip alerjik reaksiyon göstererek öldüğümü öğrenmiştik.

Omega'daki tecrübemi henüz annemle paylaşmadım, ama bunu yapmayı planlıyorum. Beslenme sıkıntıma gelince, şimdi otuz altı farklı gıda yiyebiliyorum. Bu sayı regresyondan önce yirmi beşti. Bu, yavaş ilerleyen bir süreç, ama daha mutlu olamazdım ve daha çok çeşit yiyebileceğim günleri sabırsızlıkla bekliyorum. Hâlâ yeni gıdalar denemeye devam ediyorum ve üç yılı aşkın bir süre belirli gıdaları yiyemedikten sonra başarılı olduğumu düşünüyorum. O günden beri bedenim ciddi anlamda iyileşme kaydetti. Ayrıca regresyondan sonra pek çok insanın bana gelip benim regresyonumun onlara yardımcı olduğunu söylediğini de bilmenizi isterim. Bu bana, hepimizin bir amaç için bir araya getirildiğimize dair sözünüzü anımsattı.

~ Nikki DeStio

Daha önce da, şimdi etrafımızda olan pek çok insanla birlikte yaşadık. Ruhlarımız birlikte enkarne oldu. Bize, bir geçmiş yaşam travmasını hatırlatan bir olay olduğunda, ıstırabımızın tohumları sulanır ve endişelerimiz çiçek açar. Geçmişi unuttuğumuz için, zaten geçmişte olmuş bir şeyden korkarız. Büyük bir yanılgıyla, bu travmatik olayın şimdi veya gelecekte olacağına inanırız.

Ne zaman saplantılı bir şekilde korumacı ya da kontrol delisi ebeveynlerle karşılaşsam geçmiş yaşam etkenlerine odaklanırım. İnanılmaz bir şekilde, yaşadıkları korkuların çaresi o gömülü anılarda saklıdır. Ebeveynlerin endişeleri hafifler ve şimdi özgürleşen çocuk büyümeye başlayabilir. Geleceğin anahtarı genellikle geçmişte saklıdır.

Atölye çalışmasında Nikki, yine erken yaşlarda öldüğü bir başka hayatı hatırladı. Tuhaf bir şekilde seminere katılan ve daha önce Nikki'yle hiç tanışmamış bir başka kadın da aynı hayatı anımsadı. Şimdi onun hikâyesini okuyacaksınız.

Dünya gizemli şekillerde çalışır.

• SEVGİ, KAYIP VE ÖMÜRLER •

2009 Temmuz'unda, seminerimize katılma şansı yakaladım. Sizinle geçecek bütün bir hafta sonunun heyecan verici bir deneyim olacağını biliyordum ve sonuçta beklentilerimin de üzerindeydi. Son gün en etkili olanıydı.

Regresyonumda, midemde bir yanma ve göğsümde bir sıkışma hissettim; nefes almak zordu. Sislerle kaplı bir köprünün üzerinden geçerken uzakta bir çiftlik evi gördüm. Güzel hatları olan genç bir kadındım. Evden uzakta, çimlerin üzerinde durdum. İçeri girmek konusunda tedirgindim. Midemdeki yanma ve göğsümdeki sıkışma devam etti. Ve sonra hayatımın son gününe götürüldüm. Gençtim, belki yirmili yaşlarımın sonlarıydı. Üzerimde gecelik gibi beyaz bir elbise vardı. Uzun, koyu renk saçlarımı gördüm. Çok sevdiğim birinden ayrılıyordum. Çok üzücüydü, ama nedense ondan ayrılmak zorunda olduğumu biliyordum.

Aniden o hayatı hissettim, Vincent'ın mevcudiyetini hissettim. Vincent yeni yeni ruh eşim olduğunu anlamaya başladığım çok sevgili bir arkadaşımdır. O gün daha sonra, Nikki adında genç bir kadın, sizinle regresyon seansı için sahneye çıktı. *Ne kadar tuhaf*, diye düşündüm. *Vincent'ın çok sevdiği kızının adı da Nikki.*

O sizinle sahneye geçtiğinde, Nikki hayatı boyunca yemek

ve yutmakla ilgili bir sorunu olduğundan söz etmeye başladı. Bu konuda pek çok doktora görünmüştü, ama hiçbiri onda fiziksel bir sorun bulamamıştı. Birlikte onun bir çocuk olduğu geçmiş bir yaşamına gittiniz. Nikki bir çiçek yutuyordu ve annesi çiçeği küçük kızın boğazından çıkarmaya çalıştı. Sonra çiçeğin zehirli olduğu ortaya çıktı; küçük kız ölmüştü. Kızın annesi –bu hayatta da annesiydi– üzüntüsünden intihar etmişti.

Midemdeki yanmayı, göğsümdeki sıkışmayı ve nefes alamadığımı hatırlıyor musunuz? Orada bu hislerle boğuşuyordum ve Nikki'nin regresyon sırasında aynı şeyleri hissediyor olması tuhafıma gitti. Ama siz onu daha önceki bir hayata götürdüğünüzde hayrete düştüm. Huzursuzlanmaya ve elimdeki defteri sıkmaya başladım; yanımdaki kadın iyi olup olmadığımı sordu. Ondan, o gün yaşadığım regresyonla ilgili yazdıklarımı okumasını istedim.

Bu kez Nikki kendini bir erkek olarak tanıtıyordu. Üzerinde beyaz bir elbise olan uzun, koyu renk saçlı bir kızla mutlu bir şekilde koşuyor, eğleniyordu. Bu kızı çok sevmişti. Siz ona anlattırdıkça, Nikki benim kendi regresyonumda gördüğüm eski çiftlik evini tarif etti. Tıpkı benim gibi, evin önünde durdu ve içeri girmek istemedi. Korkuyordu; orada kötü bir şey oluyordu. Sonunda onu içeri girmeye ikna ettiniz ve o yatakta yatmış, ölmekte olan genç bir kızı tarif etti, tıpkı benim kendimi gördüğüm gibi. Zehirlenmişti. Nikki o büyük aşkın acısını hissediyordu.

Nikki'nin regresyonu sona erdiğinde ben ağlıyordum ve yanımdaki kadın o sabah yazdıklarımı okumayı henüz bitirmişti. Bana bunu sizinle ve Nikki'yle paylaşmam gerektiğini söyledi, ama ben istemedim. Nikki'nin duygu yoğunluklu anıları vardı ve ben ona kendi tecrübemi anlatmak istemedim. Tüm bu rastlantıya kuşkuyla yaklaşıyordum ve başka insan-

ların benim, beş dakika için dikkatleri üzerine çekmek isteyen bir fırsatçı olduğumu düşünmelerinden çekindim. Buna rağmen, bu kadın mikrofonu istedi ve hemen bana uzattı.

"Nikki'nin anlattıkları tuhaf," diye başladım söze. "Çiftliği gördüğümde gözlemlediğim aynı sahneyi tarif etti. Nikki, aynı uzaklıkta duran adamdı. Üzgündü, çünkü karısını kaybedecekti. Kadın ölüyordu ve adam yıkılmıştı. Ben bu sabah regresyonumda ölürken kocamdan ayrılacağım için çok üzgündüm. Yeterince zaman geçirmediğimizi, bir şeylerin eksik kaldığını hissettim. Midemde bir yanma ve göğsümde bir sıkışma hissettim. Nutkum tutulmuştu, nefes almakta güçlük çekiyordum."

Regresyonumu Nikki'ye aktarmakta zorlandım. Ağladım ve zaman zaman durmak zorunda kaldım. Daha sonra kalabalığın içinde onu gördüm ve kendimi takdim etmek istedim. Ona, kendisine sarılmamda bir sakınca olup olmadığını sordum, ama yanında korumacı bir arkadaşı vardı ve hemen bana sarılamayacağımı, Nikki'nin sarılmakla ilgili sorunları olduğunu ve böyle zamanlarda nefes alamadığını hissettiğini söyledi. Ancak Nikki'nin yüzünde büyük bir tebessüm belirdi ve bana sarılıp uzun süre öylece durdu.

~ Shannon

Nikki'nin beslenmesi, çocukken küçük yeşil çiçekler yiyerek öldüğü geçmiş yaşamından ciddi anlamda etkilenmişti. Yalnızca on bir farklı gıda tüketebiliyor ve başka bir şey yediği takdirde ciddi alerjik reaksiyonlar gösteriyordu. Onun restoranlara gitmesi neredeyse imkânsızdı. Hayatı bu sorunla kısıtlanmıştı. Regresyonundan birkaç gün sonra diyeti on beş farklı gıdaya, bir ay içinde yirmi dörde ve sonunda otuz altıya yükseldi.

O hafta sonu, Nikki'yi hiç tanımayan birinin, Shannon'ın da aynı grupta olması tesadüf değildi. Güçlü olumlayıcı anılar, hatta fiziksel semptomlar paylaşılmıştı. Artık Shannon'ın bu olaylara bu kadar kuşkuyla yaklaşmadığına eminim.

Kızının da adı Nikki olan bir ruh eşi, Vincent da etrafta, ebedi sevgiye dair dersler veriyordu. Bizler yalnızca bedenler ya da beyinler değil, genişleyen ve büyüyen spiritüel varlıklarız. Belki de o hafta sonu Shannon'ın deneyimlerine yardımcı olan ve onları yönlendiren Vincent'ın yüce benliğiydi. Hangi ruh eşi kuşkucu sevdiğinin zihnini ve kalbini açmaya yardım etmek istemez ki?

Nikki'nin, henüz o iki geçmiş hayata yapılan regresyonların çoktan terapatik süreci başlattığını fark edemeyen arkadaşı korumacı davranmıştı. Ama sezgisel olarak iyileştiğini ve daha iyi hissettiğini bilen Nikki arkadaşını göz ardı edip Shannon'a sarılmayı kabul etti: Bu iki kadın, yeniden buluşan ruh eşleri, ebedi sevgi bağları, ölümün aşkınlığı gibi konularda yeni dersler öğreniyorlardı. Uzun süren sevgi dolu bir kucaklaşma onların karşılıklı anlayış ve dönüşümlerini ortaya koymuştu.

Genellikle yabancı olan iki insanın aynı geçmiş hayatları anımsaması sık yaşanan bir şey değildir. Ancak yaşandığında, o hayatların gerçekten yaşandığına dair daha güçlü teyit sunarlar. Bunlar hayal gücü veya fantezi, metafor veya sembol değildir. Yüzlerce ve belki binlerce hayat yaşadığımızdan, tıpkı bu mevcut hayatımızı paylaştığımız gibi geçmişte de başka hayatlar paylaştığımızı öğrenmek gerçekdışı değildir.

Tıpta şöyle bir söz vardır: "Toynak sesleri duyduğunda, zebra aramayacaksın." Bu, daha egzotik bir olasılığa bakmadan önce atları –diğer bir deyişle, daha olası açıklamayı– düşünmemiz gerektiği anlamına gelir. Ortak geçmiş yaşam anılarının bulunmasını açıklamanın pek çok yolu vardır, ama onlar zebradır. Örneğin, anılar kolektif bilinçaltına, Carl

Jung'un her ne kadar sonsuz bilgi bankasına nasıl erişeceğimizi unutmuş olsa da derin bir seviyede herkesin her şeyi bildiği iddiasına ithaf edilebilir. Amerikan psişik Edgar Cayce akaşik kayıtlardan bahseder. Bu, her şey dair bilgi içermesi açısından kolektif bilince yakın bir kavramdır. Ama en gerçekçi açıklama –at– bunların yalnızca gerçek geçmiş yaşamları olduğudur. Her regresyonda rastlanan ayrıntılar ve sonuçta meydana gelen iyileşme, bu görüşü destekleyecek niteliktedir.

Bizler, ortak veya bireysel, geçmiş yaşamlarımıza dönme konusunda hiçbir engelle karşı karşıya değiliz. Bir sonraki hikâyede Raymond, bir başka insanın, bir hafta öncesine kadar hiç tanımadığı bir insanın geçmiş yaşamını görebildiğini fark etti. Zihinlerimizi özgür bıraktığımızda mucizeler gerçekleşir.

• SHAIVITE SEMBOLÜ •

Austin, Teksas'taki profesyonel eğitiminizde, kişisel olarak hayatımı iyi yönde değiştiren "yüksek çözünürlüklü" regresyonlar deneyimledim. Ayrıca tamamen yabancı biriyle plansız bir ortak-bilinç olayı yaşadım. Bu olay sonsuza dek zihnime kazındı. Sözünü ettiğim yabancı, benimle aynı zamanda eğitiminize katılan bir başka adamdı. Eşim ve ben yemeklerde, Kanada'dan bir psikiyatrist olan bu adamın yanında oturmuştuk. Onun hikâyesi benim hikâyemdir.

Bir akşam yemek sırasında bu adamla konuşurken bir şekilde hiçbir regresyon yaşamadığı gerçeğiyle hüzünlendi. Bense ona kendi regresyonumu anlatmış ve karşılaştığım şeyler dolayısıyla şok değilse bile şaşkınlık içinde olduğumu söylemiştim. Onun için güçlü bir empati duymaya başladım ve bir anda onun bir tecrübe yaşaması için yol bulmasına yardımcı

olmaya çalıştığımı fark ettim. Bunun sebebi, bir açıdan, bunu yapabilme becerisinin kendisinin yanı sıra hastaları üzerinde de önemli bir etki bırakabileceğini düşünüyor olmamdı. İçinde bulunduğu durum aklıma ve kalbime takıldı.

Seanslardan birinde bir kahve molası sırasında, Brian ve Carole ile karşılaştım ve izin isteyip yanlarından ayrılmak istedim, ama kabul etmediler. Ben de onlara bu psikiyatristten ve bir regresyon yaşayabildiği takdirde ne kadar fayda sağlayabileceğinden söz ettim. Ertesi gün, Brian onu sınıfın önünde bir seansa çağırdı ve bu adam harikulade ve ayrıntılı bir regresyon yaşadı. Bu regresyonda, yüzyıllar önce Hindistan'da bulunduğu yerin hükümdarı olabilmek için kutsal bir adam tarafından eğitiliyordu. Ardından bir taç giyme törenine katıldı. Ayrıntılar inanılmazdı. Brian psikiyatristin regresyonunu üstlendiği için çok mutluydum ve regresyonun büyük bölümünü gözlerim kapalı dinleyerek geçirdim. Öyle huzurluydum ki sanırım buna rahatlama diyebilirsiniz. Gözlerim kapalıyken aniden gözlerimin önünde bir böceğe benzer tuhaf bir sembol gördüm. Bu oldukça farklı ve net bir görüntüydü, ama bunun ne olduğuna ya da neden bu adamın regresyonu sırasında belirdiğine dair hiçbir fikrim yoktu.

O akşam yemekte eşimle birlikte yine psikiyatristin yanına oturduk. Ona onun için ne kadar mutlu olduğumu söyledim ve o da bana, tıpkı benim ilk geçmiş yaşam deneyimimden sonra olduğu gibi nasıl dönüşümsel bir düşünce sürecinden geçtiğini anlattı. Regresyonundan söz ederken o hipnoz edildiği sırada gözlerimin önünde beliren tuhaf sembolden bahsettim. Bana ne olduğunu sordu; ona hiçbir fikrim olmadığını, ama çizebileceğimi söyledim. Bir peçete aldım ve sembolü çizgim. Adamın yüzünde tarifi imkânsız bir ifade belirdi. Şaşkın ve aynı zamanda ciddi bir ifadeyle, "Bu, benim taç giyme töre-

nim sırasında bayrakların üzerindeki sembol," dedi. Onun ne olduğunu ne o biliyordu ne de ben. O sırada zaten kendi regresyon tecrübem konusunda şaşkındım, ama bu kadarı çok fazlaydı – şimdi bir yabancıyla ortak-bilinç yaşıyordum.

Sonraki yıllarda hep o sembolün ne anlama geldiğini araştırdım. Hindistan'daki üniversitelere mektuplar gönderdim. İnsanlara telefon ettim, onlara gerçeği söylemedim, ama "Bunu bir yerde gördüm ve ne olduğunu öğrenmeye çalışıyorum," dedim. Kimse bilmiyordu.

Eşim ve ben Alaska'da bir gemi seyahatine gittik ve gitmeden önce, Seattle'da bir Reiki sınıfına yazıldık. (Düşünsenize, sizin geçmiş yaşam regresyonu seminerinize katılmadan önce, bu insanların deli olduğunu düşünürdüm; tecrübenin insanı nasıl aydınlatabildiği inanılmaz.) Reiki dersinden çıkarken eğitmene Seattle'de bildiği iyi bir kafe olup olmadığını sorduk, o da bildiği ve sevdiği yerin "biraz farklı" olduğunu söyledi. Burası Hint yemekleri veriyordu ve şehrin farklı bir bölgesindeydi. Yol tarifini aldık ve restorana gittik. Orada bir sürü insana bu sembolü görüp görmediklerini sordum. Kimse görmemişti.

Oradan ayrılmaya hazırlanırken restoranın kitabevi kısmına yöneldik ve kasada ödeme yaparken kasiyer, "Aradığınız her şeyi buldunuz mu?" diye sordu.

"Aradığım şey hariç her şey," diye yanıtladım.

Hindistan'ın tarihi konusunda çok bilgili olduğunu söyleyip ne aradığımı sordu ve benden sembolü çizmemi istedi. Ben de çizdim. Ne olduğunu hemen anladı: Küçük bir mezhebin Shaivite sembolüydü. Yalnızca kısıtlı sayıda insan tarafından çizilmişti. Sembolü bir yabancının regresyonunda gördükten beş yıl sonra sonunda o sembolü açıklayacak bir başka yabancı bulmuştum.

~ Raymond Wilson

Raymond'ın olağanüstü hikâyesi, Kanadalı psikiyatristle olan bu empatik bağlantının onun sezgisel kapasitelerini nasıl açtığını ortaya koyar. Bir başkasının regresyonu sırasında gözlerini kapattığında, aniden tuhaf şekilli Shaivite sembolünü gördü. Psikiyatrist o akşamki yemekte Raymond'ın vizyonunu doğruladı. Beş yıl sonra Raymond Seattle'daki eski bir kitabevinde ikinci kez teyit aldı.

Bu hikâyeyi okuduktan sonra, Teksas'taki o atölye çalışmasının ardından eve döndüğümde, benim de o hafta yaşanan olayların bir kısmını yazıya döktüğümü hatırladım. Hemen psikiyatrist Nikhil hakkındaki notlarımı buldum:

> "Nikhil'in birinci geçmiş yaşam anısı, yaklaşık 2,500 yıl öncesinde eski Hindistan'da geçiyordu. Nikhil altı yaşında bir çocuktu ve yanında diğer çocuklar vardı. Bunlardan biri en iyi arkadaşıydı. Yaşadığı yerin gurusunu görebiliyordu. Bu gurunun üzerinde, Nikhil'in kokusunu duyabildiği sandal ağacı boncuklarından başka bir şey yoktu; regresyon sırasında duyuları yükselmişti. Guru çocuklara ders anlattı ve sonra Nikhil odun toplayıp başka işlere koşturdu. Ardından ateşin etrafında bir daire şeklinde oturup el ele tutuştular ve Nikhil tüm atölye çalışması grubuna gurunun tevazu, basitlik, vermek, merhamet ve şefkat hakkındaki öğretilerini tekrarladı.
>
> Nikhil'in Hindistan'da ikinci bir geçmiş yaşam anısı oldu. Bu kez küçük bir krallığın prensiydi. O hayatta, bir savaş sırasında en iyi arkadaşı Nikhil'in hayatını kurtarmak için kendi canını feda etmişti. Mevcut yaşamında bu arkadaşı baldızıydı. Bu anı, mevcut ilişkilerine dair pek çok şeyi açıklamaya yardımcı oldu: ânında kurulan bağ, güvenlik ve emniyet hissi ve derin bir dostluk."

Raymond'ın doğrulama yolculuğu, Shaivite sembolü bulunana dek tam beş yıl sürdü. Nikhil'in dönüşümü, özellikle iki bin beş yüz yıllık bilgeliği hatırlayıp kafasında birleştirdiğinde

anlık oldu. Bu öğretiler çok eskidir, ama günümüzde daha ilişkili olamazlardı. Bunlar, Ustaların Catherine aracılığıyla bizimle paylaşılan dersleridir ve hepsi büyük spiritüel geleneklerin dersleridir. Bizler mütevazı, şefkatli, cömert ve merhametli olmalıyız. Bizler spiritüel varlıklarız ve spiritüel varlıklar böyle hisseder ve davranırlar. Bu zamansız bir bilgeliktir ve biz dünyayı bu şekilde kurtarabiliriz.

Raymond, Nikhil'in geçmiş yaşamını ve taç giyme törenindeki bayrakların üzerinde yer alan sembolü gördü. Bir sonraki hikâyede, bir kadın atölye çalışması katılımcısının geçirdiği bir regresyonu gören Eileen, sezgisel gözlerini açtığında, bir eski çağ rahibinin ona bakan gözleriyle karşılaştı. Geçmiş yaşam regresyonları tam anlamıyla dönüştürücüdür. Eileen bunu spontane bir şekilde başardı, ama ben *Through Time into Healing* adlı kitabımda, sizin de aynı şeyi kendiniz için deneyimlemenize olanak veren ve benim "Yüzler" adını verdiğim bir egzersiz anlattım.

Yumuşak bir müzik koyun ve ışıkların loş olduğu bir odada bir arkadaşınızla karşı karşıya oturun. Arkadaşınızın yüzüne bakın. O kişinin yüzünün değişip değişmediğine dikkat edin. Gördüğünüz değişiklikleri gözlemleyin ve anlatın. Yüz hatları genelde değişiyor gibi görünür. Gözler, burun ve saç biçimleri çözünür ve yeniden şekillenir. Bazen başlık veya şapka belirir.

Bu egzersizi bir ayna kullanarak ve kendi yüzünüzdeki değişimleri gözlemleyerek tek başına da yapabilirsiniz...

Yüzler'in tek sırrı, bunu loş bir odada denemektir. Bu, sol beyne yer kazandırır ve sezgisel izlenimlerin geçişini kolaylaştırır.

Yüzler, pek çok farklı yaşama dair ipuçları verebilir. Diğer yöntemlerde olduğu gibi, gözlemlenen değişimlerle meditasyon, gözünde canlandırma ve/veya serbest çağrışım hafızayı doldu-

rur. Herhangi bir şeyi sensörlemeden bunların çoğalmasına ve gelişmesine izin verin. Bir yüz bir grup yüze dönüşebilir ya da o yüzün ardında bütün bir olay belirebilir. Bir ses veya önemli bir söz duyabilirsiniz. Deneyin ve görün."

• BİR RAHİBİN BİLGELİĞİ •

2008 yılında New York'ta bir atölye çalışmasındaydım. Hiçbir geçmiş yaşam anım yoktu, ama bu grup seanslarında bir akşam başka bir katılımcıyla ilginç bir meditasyona katılmış ve başka önemli meditasyonlar yapmıştım. Herhangi bir bilgim yoktu ve oraya tek başıma gitmiştim.

Katılımcılardan biri, Erin adında bir kadın, geçmiş yaşam anılarının ötürü mutsuzdu. Ne olduğunu bilmiyordum, tek bildiğim üzgün olduğuydu. Ertesi gün, Brian Erin'ı suç ve ceza içeren eski bir hayata götürdü. Erin ölümü, yozlaşmayı, hatta silahların patlamalarını hissetti. Güzel bir yer olmadığı açıktı. Bir başka anısında Güneydoğu Asya'da işçi olan bir adamdı ve kendini yalnız hissediyordu. Bu anılar hep üzüntü ve karanlık gölgelerle doluydu ve yalnızlık ağır basıyordu.

Sonraki regresyon, böyle şiddetli üzüntü getiren diğer iki regresyona ışık tutacak ya da bunları açıklayacak cinstendi. Erin kendini büyük, eski bir kütüphanede buldu. Büyük bir masanın etrafında insanlar oturmuş tüm dillerde yazılar yazıyorlardı. Öğrenme ve bilgelikle ilgili tüm kitaplar oradaydı; bir saldırı veya savaş olma olasılığına karşı bunların saklanması gerekiyordu. Erin bu yerden, dünyanın hakikatlerini içinde barındırıyormuş gibi bahsediyordu.

Sahnede regresyon ilerledikçe, Erin'a baktım ve onun yüzünü ve bedenini görmemeye başladım. Bunun yerine bir rahibin

yüzünü ve bedenini gördüm. Bu rahibin başı kocamandı ve kaşları çok kalın, siyah ve belirgindi. Yüzü son derece parlaktı ve açık tenliydi. Açılar ya da ışık tarafından kandırılmadığımdan emin olmak için gözlerimi defalarca kırpıştırdım, ama rahip duruyordu. İri bir adamdı ve üzerinde omuzdan omuza uzanan dev, V şeklinde bir yakayla kahverengi bir cüppe vardı.

Rahip, Erin olarak, şu bilge sözleri söyledi: "Tüm dinlerin bölünmelere yol açan sınırları vardır ve amaç bu değildir. Sınırların ötesine, darlığın ötesine bakmalıyız. Yaşamın ebedi olduğunu ve bunların dünyada önemli zamanlar olduğunu bilmeliyiz. Bilginin gerçeği, hepimizin bir olduğudur. Bilginin ve hakikatlerin farkına varmalı ve birliği aramalıyız, ayrılığı değil. Bilmek neredeyse bilgelikten daha derindir, çünkü bilmek algıda içsel bir değişimdir."

Bu sözlerin ne anlama geldiğini biliyordum. Bilmenin, içimizdeki ruh ve Tanrı'yla bir olmak olduğunu biliyordum. Salonda çıt çıkmıyordu. Algılar inanılmaz derecede yükselmişti, özellikle de benim için. Erin'ın bulunduğu yerin, kitaplara merdivenlerle ulaşılan yüksek duvarları olduğunu hissettim; sanırım bunu o söyledi. Ayrıca bu yerin çok eski ve dünya üzerinde bir yer olduğu hissine kapıldım. Bunu o söyledi mi, bilmiyorum ama zihnimdeki görüntü buydu. Erin mevcut âna geri döndürüldüğünde, rahip kayboldu ve tekrar Erin'ı gördüm.

Brian, Erin'a üzücü yaşamlar sürdüğünü, çünkü hayat yolculuğunuzda o şeylere dair anlayışa sahip olmasının onun için gerekli olduğunu, tüm bunların yeryüzünde öğreneceği dersler bulunduğunu söyledi. Onun şu anda son derece gelişmiş olduğunu bilmesi çok önemliydi.

Kafamda rahibin kafasına dair bir görüntü çizmiştim; bu, defterimdeki çiziklerden farklı değildi. Erin'la konuşmak

istedim, ama sonra hepimiz grup olarak iki yüz iki bin yıl sonrasına gittik ve ben yine yıldızlardaydım.

Erin'a gördüğü yeri ve rahiplerle olup olmadığını sormak istedim. Sonunda o sırada konuştuğu birini kenara itip –biraz ayıp ettim!– onunla konuşmayı başardım. Ama hemen gitmek zorundaydım ve sormak istiyordum.

Erin bana, gördüğü yerin İngiltere ile İskoçya arasında bir yer olduğunu söyledi. Burasının İngiltere ve İskoçya sınırlarının yakınındaki Lindisfarne olup olmadığını merak ettim ve ondan defterime bu yeri çizmesini istedim. Çizdi. Britanya Adaları'nın ve Avrupa kıtasının bir resmini çizdi. Britanya Adaları'nın en güneybatısında bir ada gösterdi ve sonra Kuzey Amerika kıtasını çizdi. Britanya Adaları'nın güneybatısında çizdiği ada Cornwall'dı ve Scilly Adaları'nın etrafındaydı. Sonra Kuzey Amerika kıtasının doğu tarafına başka küçük adalar çizdi. Gördüğü şeyin bu adada, Scilly Adaları'nın yakınındaki adada olduğunu söyledi.

Oldukça şaşırmıştım, çünkü burası Scilly Adaları'nın ilerisinde, Kral Arthur'un mezarının bulunduğu söylenen Avalon bölgesiydi. Erin'ın İskoçya ve İngiltere'den söz etmesinin sebebinin, çoğu insanın Britanya Adaları'nı bilmiyor olması olduğunu anladım. Benim de ilk olarak Lindisfarne'ı sormamın nedeni buydu. Ama o güneybatı bölgesini ve Scilly Adaları'nın batısındaki uzun, saklı adaları kastetmişti. Bu, olağanüstüydü.

Sonrasında tüm bunları düşündüm ve her şeyi toparlamaya çalıştım. "Bilmenin" dünyevi algıların ötesinde olmak olduğunun farkındayım ve rahibin derin hakikatleri ve sözleri de bu tip şeylerdi. Kral Arthur'a ve Yuvarlak Masa Şövalyeleri'ne dair bilgim öyle ki bunların efsane olduklarının farkında olsam da bu hikâyelerin beş bin yıl önce İngiltere'de yaşayan Druidlerden geldiğinin ve Arthur'un ailesinin pagan (Druid)

ve "eski" dinlere (Merlin) mensup olduğunun da farkındayım. Arthur yeniyle eskiyi bir araya getirdi; Hıristiyanlık Britanya Adaları'na geldiğinde, o bir araya gelen ikinin birleştirici kuvvetini vurguladı.

Şimdi Britanya'da yaşadığım yer yine bir Druid toprağıdır ve işin aslı, Druidler hâlâ oradadır. Adanın büyük bir bölümü endüstriyel anlamda gelişmedi, dolayısıyla bölgede eski çağdan kalma, dokunulmamış pek çok yer, hatta en az üç bin yıl öncesinden kalma mezarlar ve taşlar vardır. Bu alan, Hıristiyanlıktan öncesine dayanan pek çok kutsal kuyu içerir. Hıristiyanlık geldiğinde, kuyular dini amaçlardan ötürü korundu ve etraflarına kiliseler inşa edildi. Böylece eski ve yeni arasındaki bağ birleştirici bir kuvvet oldu, ayırıcı değil. Hatta evimin yakınlarında, eski çağlarda Druidlerin ibadet yeri olan bir şapel vardır; sonra Romalılar geldiğinde burayı Venüs'e ithaf ettikleri bir şapele dönüştürdüler ve ardından burası bir Hıristiyan kilisesi oldu. Burası beni büyüler, çünkü abide ve eski çağdaki ibadet alanlarının çağdan çağa, hiçbir çatışma veya bölünme olmadan kusursuz adaptasyonunu gösterir. Ve bu, elbette bana, Erin'da gördüğüm o rahibin engin sözlerini anımsatır.

~ Eileen de Bruin

Eileen, Erin'daki rahibi, tıpkı doğanın katedralinin tapınağa, tapınaktan şepale ve sonra kiliseye dönüşünü gözlemlediği gibi gayretsiz bir şekilde gördü. Bir keresinde, eski çağlardan kalma bir Yunan tapınağının harabeleri üzerine inşa edilen bir Roma tapınağının, yine onun harabeleri üzerine inşa edilen bir Hıristiyan kilisesinin (ve yine) harabeleri üzerine inşa edilen bir cami görmüştüm. Arkeolojik reenkarnasyon, Eileen'in de tarif ettiği gibi ruhlarımızın reenkarnasyonuyla aynı pürüzsüz-

lükte gerçekleşir.

Regresyonu esnasında, Erin, rahip olarak dinlerin nasıl bölündüğünden ve spiritüelliğin nasıl birleştirip bağladığından söz etti. Gerek uzun zamanda tanıdığı gurunun sözlerini tekrarlayan Nikhil, gerekse Druidik bilgisiyle Erin, mesajlar benzerdir. Birbirimize sevgi dolu bir aile gibi yaklaşmalıyız, çünkü bizler aynıyız. Her birimiz bağlıyız.

Ay'da yürüdük ve atomu parçaladık, ama hâlâ din adı altında ayrımcılık yapıyor ve savaşıyoruz. Görünüşe bakılırsa yalnızca inançlarımızdaki farklılıkları görüyor, ortak hakikatlerimizi görmüyoruz. Ağaçlara bakarken ormanı gözden kaçırıyoruz.

Bir hikâyeye göre, kör adamlara bir filin yalnızca tek bir bölümüne dokunabilecekleri söylenir ve sonra onlardan filin şeklini ve doğasını açıklamaları istenir. Bazıları hayvanın kuyruğuna dokunur ve filin bir halat gibi olduğunu; gövdesine dokunanlar onun bir yılan gibi olduğunu; bacağına dokunanlar bir sütun gibi olduğunu söylerler. Kulaklarına ve dişlerine dokunanlar ise farklı görüşler bildirirler. Hepsi haklıdır, ama hepsi haksızdır. Belirli özellikler konusunda haklıdırlar, ama geneli hakkında değil. Bizler sanki o kör insanlarız. Dinlerimizin spiritüel özünü bulmak için bütün, parçalardan çok daha önemlidir.

Erin, "Hayatın ebedi olduğunu... hepimizin bir olduğu ve ayrılık değil, birleşme araması gerektiği hakikatini bilmeliyiz..." derken bu özden söz ediyordu.

Geçmiş yaşamlarımızı ve ölümden sonraki mistik evreyi hatırlamak bize bu tip bir bilme sağlar. Bilme, inançtan, mantıktan ve düşünceden çok daha önemlidir. Direkt tecrübenin meyvesidir ve gücü inanılmazdır. İyileştirir ve özgürleştirir. Spiritüel özümüzün hakikatini bilmek, dünyayı sakinleştirip barış getirebilir, çünkü bilenler şiddete sırt çevirip merhameti kucaklayacaklardır. Hayat ebedidir. Bizler biriz. Bir başkasın-

dan nefret etmek ya da bir başkasına zarar vermek, kendinizden nefret etmek ve kendinize zarar vermektir. Şiddet bize ânında zarar verir, çünkü hepimiz birbirimize bağlıyız. Şiddet bize daha sonra da zarar verir, çünkü karmik borcu genelde gelecek bir yaşamda olmak üzere mutlaka ödenmelidir.

Ve dinin, ulusalcılığın ya da diğer benzer niteliklerin bu tip bir şiddetin temelini oluşturmasına izin verdiğimizde ne olur? Yanıtı öğrenmek için bir haber kanalını açmamız yeterlidir. Bu bölümün son hikâyesinin yazarı Soykırım'da geçmiş bir yaşamı anımsadı ve onun hikâyesi kesinlikle başka bir örnek teşkil etmektedir. Ancak ve daha önemlisi, bir antitezi sunmaktadır: ayrımlarımızı ebedileştirmek yerine aştığımız bir dünya; sevgi dolu ve sevilen bir bütün oluşturmak için birleştiğimiz bir dünya; "herkesin önemli olduğu, herkesin eşit olduğu ve ... arada bizi ayıracak bariyerlerin olmadığı" bir dünya.

• TOPLULUK •

Bir cemaat lideri olarak, Brian ve Carole'ın Omega Enstitüsü'ndeki geçmiş yaşam regresyonu terapisine katılmak için programımı düzenlemem yıllar aldı ve pek çok eşzamanlı ânın toplanmasını gerektirdi. Cemaatimde hipnoterapiye ve Reiki'ye yer verdiğimden, beceri repertuarıma regresyon terapisini eklememin ilginç olacağını düşündüm. Kuşkusuz, atölye çalışmasının hayatımı bu kadar farklı şekillerde değiştireceğinden habersizdim.

İlk sabah, Brian tüm gruba regresyon terapisi uyguladı. Bir çocukluk anıma ve ardından rahme ulaştıktan sonra Brian, bize geçmiş yaşamlarımıza açılan bir kapı sundu. O kapıdan geçerken deneyimlemek üzere olduğum şeye karşı hazırlıksızdım.

Ayaklarıma baktığımda, onların finansal açıdan oldukça rahat yaşayan erişkin bir kadına ait olduklarını fark ettim. Ayakkabılar dayanıklı ama sofistike tarzda, kahverengi deriden yapılmıştı. Çorap, bana büyükannemin giydiği türden çorapları anımsatan kalın bir naylondu. Düz, baldırlarımın ortalarına kadar uzanan kahverengi, yünlü bir etek ve krem rengi bir bluz giymiştim. Boynumda bir dizi inci kolye ve kulaklarımda inci küpeler vardı. Saçlarım da kahverengiydi ve başımın iki yanından enseme doğru uzanıyor, başımın arkasında bir U şekli oluşturuyordu. Saçlarıma nasıl böyle şekil verdiğimi anlayamadım. Nispeten zayıftım ve 1.67 boylarındaydım – şimdiki halimle ilgisi yoktu!

Oturma ya da yemek odası gibi görünen bir salonda bir pencerenin yanında duruyordum. Belli ki bir apartmanın en üst katıydı ve ben aşağıdaki caddeye bakıyordum. Yolun karşısındaki bina da benzer bir yapıdaydı ve binanın dış cephesi, çatı hizasında ve pencere etraflarındaki dekoratif oymalarla taş veya betondan yapılmıştı. Burası bir şehirdi. İçinde bulunduğum odanın yüksek tavanları vardı; mobilyalar ağır ama kendi çaplarında şık mobilyalardı. Ahşap, koyu renk bir yemek masasının üzerinde kristal bir avize asılıydı. Masanın üzerinde aile fotoğrafları, mücevherler, şamdanlar ve diğer küçük eşyalar duruyordu.

Etrafta yetişkin çocuklar ve onların eşleri endişeli bir şekilde koşturuyordu. Çocuklar oyun oynuyorlardı, ama ebeveynleri kaygılıydı. Bir şey bekliyorduk ve o sırada kocam kapıdan içeri girdi ve alabileceğimiz her şeyi almamızı , bir saat içinde tren istasyonunda olmamızı söyledi. Bir çalışma kampına gönderiliyorduk. Kocam şimdiki kocama benziyordu, yalnızca daha uzun boylu ve daha zayıftı.

Brian regresyonda ilerlememizi sağladı ve ben kendimi tren

istasyonunda beklerken buldum. Korkunç bir korku, fiziksel acı, dehşet ve klostrofobi kombinasyonu vardı. Eziliyormuşum gibi hissettim ki bu, mevcut hayatım boyunca sahip olduğum bir fobidir. Brian bizi regresyondan çıkardığında gözlerimden yaşlar boşalıyordu.

Atölye çalışmasının ikinci gününde, Carole birinci gün bir regresyon deneyimi yaşamış ve onunla grup önünde çalışmaya istekli olacak insanlar arıyordu. Kronik diz rahatsızlığımdan ve yakın zamanda ortaya çıkan sırt ağrılarımdan ötürü elimde bastonumla ona doğru ilerleyip hikâyemi anlattım. Beni "müşteri" olarak seçti ve ilk regresyonumun derinliklerine inmeye karar verdik.

Hipnoz olamayacağımı, yalnızca boş bir duvar göreceğimi ya da grup önünde olmanın benim herhangi bir şey deneyimleme becerime müdahale edebileceğini düşünerek biraz panik oldum. Tam aksi oldu. İndüksiyon, hayatımda yaşadığım en derin rahatlamaya geçiş gibiydi. Carole uzman bir şekilde beni tekrar tren istasyonuna götürdü. İstasyonda inanılmaz bir kaos vardı. Nazi askerleri dört bir yana emirler yağdırıyorlardı. İnsanlar dehşet içindeydiler, çocuklar ağlıyordu ve herkes bilgi almak ve sakinleşmek için benden ve kocamdan yardım dileniyor gibiydi.

Vagonların yanaştığını gördüğümüzde, tüm bu atmosferin dehşeti normalde gözüpek olan karakterimi derinden sarsmaya başladı, ama her şeyi içimde tutmak için büyük bir çaba gösterdim. Koşullar korkunçtu; köşede idrar ve dışkı için bir kova ve ışık ve hava alması için küçük bir pencere vardı. Askerler vagona olabildiğince çok insan sıkıştırdılar ve herkes ezilmesin diye çocukların kucaklanmalarını söylüyordu. Oturmak imkânsızdı; hiç yer yoktu. Bacaklarım ve sırtım, tıpkı bu hayatta olduğu gibi çok ağrıyordu, ama ben torunlarımı sakinleştirmeyi sürdürdüm. Çocuklarımdan, Tanrı'nın bizi koruyacağına inanmalarını istedim. Durumun daha kötü olamayacağını düşündüm. Yanılıyordum.

Tren uzaktaki bir kampa vardı. Saatlerdir yoldaydık ve vagondan inip yürümek zordu. Herkes dağılmış, pislenmiş, acıkmış ve korkmuştu. Başta bir kaos yaşandı, ardından emirler yağdı. İşte o zaman ayrıldık. Kocalarımız götürülürken kadınlar çığlık atmaya başladılar. Ama hiçbir şey bizi çocuklarımızın götürülmesine hazırlamamıştı. Bize, bir "kreşte" birlikte olacakları söylendi, ama o sırada hiçbirimiz söylenenlere inanmıyorduk.

Kızlarım, gelinim ve ben, tanıdığım birkaç yaşlı kadınla birlikte bir binaya götürüldük. Burada valizlerimizi vermemiz ve kıyafetlerimizi çıkarmamız istendi. Çıplak kaldık, üşüyorduk. Bazılarımız saç kesimi için dizildi ("Bite karşı önlem," dediler) ve duş almak üzere büyük odalara götürüldük. Su soğuktu ve sabun yoktu. Sonrasında her birimize üzerimize giymemiz için sert, eğri büğrü gömlekler verildi. Havlu yoktu. Durum küçük düşürücü ve onur kırıcıydı.

Carole bana bu kâbusta kılavuzluk ederken ben kamptaki askerlere hemşire olduğumu söylediğimi hatırladım. Kocamın erkekler revirinde doktor olarak çalıştığını duymuştum. Ama beni profesyonel mesleğimde kullanmak yerine diğerlerinin yanına gönderdiler ve bir yol yapımı için taş taşıma görevi verdiler. Bu iş sırtıma ciddi anlamda hasar verdi.

Sonra Carole beni ölümüme götürdü. Gaz odalarında ölmedim; kadınlar revirinde öldüm. Kocamı uzaktan son kez gördüm; bir an için gözlerimiz kenetlendi. Beni revire getirtmenin bir yolunu bulduğunu öğrendim (birine rüşvet mi vermişti?). Ciğerlerim sıvıyla doluydu. Ellerim ve ayaklarım soğuktu, pisti ve yara bere içindeydi. En azından bir sedyenin üzerindeydim.

Bunun yanı sıra, bana yardım etmeye çalışan birkaç kadının şefkatli olduğunu hatırlıyorum, ama ellerinde beni iyileştirmeye yardımcı olabilecek hiçbir şey yoktu. Ben öyle müteşekkirdim ki sonunda beni yalnız bıraktılar. Kampta tanıştığım herkesi teselli etmek için elimden geleni yapıyor, ama hep yeterince yapmadığı-

mı hissediyordum. Bir nebze haysiyetle öleceğim için mutluydum. Ailemin geri kalanına ne olduğunu bilmiyordum, ama bu, neredeyse önemsiz bir ayrıntıydı. Nazilerin bile yok edemeyecekleri şekillerde bağlı olduğumuzu biliyordum. Ölüm hoş gelsindi.

Kuşkusuz bu, çok duygusal ve bilgilendirici bir seanstı. Bütün hayatım boyunca, bağırılma, azarlanma ve dalga geçilme korkusundan mustarip oldum. Böyle bir hatıranın ardından, dövülmüş bir köpek gibi hissediyorum ve içimi suçluluk, utanç ve korku duyguları dolduruyor. Bedenimdeki her hücre titriyor. Bunu yazmadan hemen önce, kiliseden eve gelirken caddenin karşı tarafında trafiği yöneten bir polis gördüm. O kavşakta sola dönmek her zaman zordur ve ben onun trafiği durdurabileceğini bildiğimden sevinmiştim. Onun yanından geçerken, "Gaza bassana!" diye bağırdı ve ben eve gelene kadar kendimi korkunç hissettim. Bana neden bağırdı ki? Mümkün olduğunca hızlı gidiyordum zaten! Bu, berbat bir histi. Sonra Soykırım'a yaptığım geçmiş yaşam regresyonumu hatırladım. Gardiyanların bana daha hızlı yürümem için bağırdıklarını, küfürler edip lakaplar taktıklarını, kendimi yetersiz ve mahcup hissettirdiklerini hatırladım. Bu, benim için inanılmaz bir aydınlanmaydı.

Bedenimde ve ruhumda güçlü bir şifa süreci hissetmeye devam ediyorum. Bu çalışmayı kendi üzerimde sürdürmek için sabırsızlanıyorum ve muazzam bir içgörü potansiyeli ve başkaları için şifa olasılığı görüyorum. Bu regresyon, hayatıma verilen büyük bir armağandı. Ama hikâye burada bitmiyor.

Omega'da birlikte geçirdiğimiz son günün sabahında, meditasyon sırasında kılavuzlarımdan bana teyit için bazı isimler vermelerini istedim. "Ruth" ve "Hiam" (ya da "Hermann" – tam emin olamadım) aldığım isimlerdi. Yad Vashem'deki Soykırım kurbanları listesine bakabilmek için bir soyadı iste-

dim. Sürekli *gemeinschaft* sözcüğünü duydum. Önce bunun nasıl yazıldığını bile bilmiyordum, ama sözcük bir anda kalemimden dökülüverdi. Ben aklımda sürekli farklı yazılışlar geliştirmeye çalıştım, ama *gemeinschaft* ön plana çıkıyordu.

Akşamın ilerleyen saatlerinde, heyecanlı bir şekilde veritabanında arama yaptım, ama o soyadlı birine rastlamadım. Büyük bir hayal kırıklığına uğramıştım. Her yere baktım ama hiçbir sonuç alamadım. Yine de bu sözcük zihnimde çığlıklar atıyordu. Bunun üzerine gece yarısı, üzgün ve hayal kırıklığı içinde, *gemeinschaft*'ın gerçek bir kelime olup olmadığını öğrenmeye karar verdim. Keşfettiğim şey tüylerimi ürpertti.

Gemeinschaft, ilk kez 1800'lerin sonlarında Alman bir sosyolog tarafından ortaya atılmış bir sözcüktü. "Topluluk" anlamına geliyordu. *Gemeinschaft* doktrini, insanların inançları, kültürel bağları ya da diğer kimlik belirleyicileri sebebiyle birbirlerine bağlı oldukları gerçek ve organik bir topluluk, yaşayan bir organizmadır. *Gemeinschaft*'ta herkes önemlidir, herkes eşittir ve herkes bütüne katkı sağlayabileceği bir şeye sahiptir. *Gemeinschaft* toplumdan üstündür ve siz bu topluluğun bir parçası olduğunuzda, her nerede olursanız olun, o topluluğun değişmez bir üyesi olarak tanınırsınız. Bu, bizi ayıran bariyerlerin olmadığı "sevgi dolu" bir topluluktur.

Kılavuzlarımın bana, bir soyadından daha önemli bir mesaj gönderdiklerini hissettim. Hâlâ daha fazla regresyon çalışması yapmak isterim, çünkü öğrenmem gereken ve öğrenmek istediğim çok fazla şey olduğunu hissediyorum. Ama bu süreçte, bu mesajı tüm içtenliğimle kabul edecek ve beni nereye götürdüğüne bakacağım. Kesinlikle, Omega'da yarattığımız topluluk tam bir *gemeinschaft*'tı.

~ Cindy Frado

Her ne kadar ıstırabı hafiflemiş ve uykuları düzene girmiş olsa da Cindy'nin regresyonlarındaki çarpıcı nitelik, ayrıntı açısından olağanüstü seviyede ve keskinlikteydi. O vagonu görebiliyor, kokuyu duyabiliyor, hissedebiliyor, tadabiliyor ve işitebiliyordu. Yahudi Soykırımı *gemeinschaft*'ına önderlik ediyordu ve bu hayatında, gerçekten de yine zarafet ve haysiyetle sürüsüne önderlik eden bir kilise vekilidir.

Ruhlarımız milyonlarca farklı şekle girebilir. Bir aslan ya da karahindiba, bir bitki ya da bir insan olabiliriz. Bir insan formu almışsak, her renkte, her ırkta ve her cinsiyette olabiliriz. Hangi formu seçersek seçelim, yüzeyin altında hepimiz aynıyız. Hepimiz bağlıyız; hepimiz aynı madde ve enerjiden yaratıldık, aynı kaynaktan doğduk, aynı spiritüel materyalden meydana geldik.

Kendimize sayısız savaş ve şiddet eylemiyle eziyet etmeye devam etmek gerçekten anlamsızdır, çünkü ne zaman bir başkasına zarar versek, aslında kendimize zarar veririz. Naziler Yahudi olarak ve Cindy'nin iki hayatında olduğu gibi Alman Yahudiler Amerikan Hıristiyanlar olarak reenkarne oldular. Bizler katiller ve kurbanlar, şiddet uygulayanlar ve şiddete maruz kalanlar olduk. İncitici olduğumuz bir hayat geçirdiysek, o zaman bir karıncaya bile zarar vermeyen bir rahip olduğumuz bir hayat da yaşadık ve şimdi ikisinin arasında bir yerde yaşıyor, dengeyi öğreniyoruz. Ancak bu şekilde gelişebiliriz. Sık sık bize ten renginin, ulusun, dinin ve cinsiyetin ruha ait olmayan harici tuzaklar olduğu gerçeğini öğretmesi için düşmanlarımızın bedenlerine çekildik. Nefret gerçekliği çarpıtır. Tüm taraflardan öğrenmek zorundayız. Düşmanlarımızın bedenlerinde doğduğumuzda, onları sevmekten başka ne şansımız var? Onların çaresiz küçük bedenlerini görürüz; büyükanne ve büyükbabalarıyla nasıl ilgilendiklerini, yeterli gıdaya sahip olmadıklarından endişe ettiklerini ve günlük

yaşamın aynı binlerce detayıyla boğuştuklarını izleriz. Onların biz olduğunu anlarız. Bu bilgelikle birlikte huzur gelir.

Topluluğumuz, gerçek *gemeinschaft*'ımız, tüm insan topluluğu ve ötesidir. Bir diğerinin gözlerine baktığımızda ve o gözlerde kendimizi gördüğümüzde, bu yeryüzünde bir cennet yaratmayı başaracağız.

.2.

Anıları Doğrulamak

Geçmiş yaşam regresyonu terapistleri, seansları sırasında iki seviyede çalışırlar. Terapatik seviye her zaman mevcuttur ve belki de en önemlisidir. Doğrulama seviyesi bazen mümkündür, ama her zaman heyecan vericidir. Yıllar içinde, hastalarımın pek çoğu reenkarnasyonal anılarının doğruluğunu isimlerin ve tarihsel verilerin dokümantasyonu, hatta künye gibi askeri kayıtlar sayesinde doğrulama imkânı buldular. Anılarını doğrulayacak ev adresleri, gemi isimleri ve sayısız başka ayrıntı hatırladılar.

İnternet, dokümantasyon kısmını önemli ölçüde kolaylaştırdı. Çevrimiçi aramalar hızlı ve masrafsız yollardan yapılabiliyor. Pek çok insan, *Many Lives Many Masters* adlı kitabımda birkaç paragrafla özetlediğim ve Catherine'in ortaya çıkardığı benim kendi geçmiş yaşamlarımdan birini doğrulamak için internetteki bilgileri kullandı bile. Bu tip bir araştırma benim Catherine'le çalışmaya başladığım otuz yıl öncesinde çok daha zordu.

Gözlemsel doğrulamalar da önemlidir. Regresyonlar sırasında hayatlarında hiç çalışmadıkları yabancı lisanları konuşabilen insanlar, geçmiş yaşam deneyimlerinin doğruluğuna başka bir teyit sağlamaktadır. Buna *ksenoglosi* adı verilir ve bunu yalnızca bir fantezi ya da hayal gücüne yormak imkânsızdır. Bazen

regresyon sırasında konuşulan lisanların nesli tükenmiş bile olabilir, örneğin Arami dili gibi. Seans kayıt edilmişse diller bir üniversitenin yabancı dil departmanı tarafından doğrulanabilir.

Çin'in dışına yaptığı ilk seyahatinde benimle görüşen Beijingli bir cerrah, regresyonu sırasında 1850 yılında California'daki bir hayatına gitti. İngilizce bilmediğinden, seans bir Çin tercümanın uzman yardımıyla yürütülüyordu. Kadın o hayatında kocasıyla bir tartıştığını hatırladığında, son derece akıcı ve renkli bir İngilizce'yle konuşmaya başladı. Neler olduğunu anlamayan tercüman otomatik olarak söylediklerini Çince'ye tercüme etmeye başladı. "Durun," dedim usulca tercümana. "İngilizce anlıyorum." Tercüman az kalsın bayılıyordu, çünkü kadının tek kelime İngilizce bilmediğinin farkındaydı. Yüzündeki o hayret ifadesini asla unutmayacağım.

• EVE DÖNÜŞ •

2008 yılının yazında, eğitim seminerinizin bir parçasıydım (Nichols College'da spiritüel yaşam direktörü ve din görevlisiyim ve takdim esnasında kendimi "tireli ismi olan" adam olarak tanıttım: Wayne-Daniel – yarı Portekizli, yarı Yahudi, tam bir Portudi! Kahkahalar kopmuştu). Omega'da eğitiminizi aldığımdan beri, regresyonları büyük bir başarıyla gerçekleştiriyorum. Bir din görevlisi olarak işimde başlıca araçlardan birine dönüştü.

Massachusetts'ten Dr. Sylvia Hammerman ile her biri birinci yüzyıldaki aynı hayata odaklanmak üzere bir dizi geçmiş yaşam regresyonu seansı geçirdim. Regresyonlar altı veya yedi yaşlarında, Yosia (ya da "Yossi") adında bir çocuk olmamla başladı. Belli ki Esseniler tarafından yetiştirilmiş bir öksüz-

düm. O yaşta, o dönemde Romalıların elindeki günümüzde adı Kumran olan Esseni yerleşkesinin yıkıcı ortamından kaçtım. Sylvia ile seanslarım sırasında yirmili yaşlarımdaki Yossi olarak o yaşlardan ölümüme kadar pek çok anı deneyimledim.

Yanan Esseni yerleşkesinden kaçışımdan sonra iki gece Judean Çölü'nde boş boş dolandım. Sonunda keçi çobanı olan bir kadın tarafından bulundum ve beni evine götürdü. Birkaç hafta sonra kadının erkek kardeşi gelip beni oradan aldı. Essenilerle okuma ve yazmanın temellerini öğrenmeye başlamıştım ve adı Ishmael olan bu adamın yaşayıp eğitim alabileceğim bir okulu vardı.

Sylvia zamanda ilerledikçe ben ergenliğimi, öğrenciliğimi ve sonra Rab Ishmael'in asistanı olduğum dönemi yaşadım. Reb Ishmael, yaklaşımında ve öğretilerinde ileri görüşlüydü. Yalnızca geleneksel Yahudi metinlerini işlemekle kalmıyor, aynı zamanda Yunan felsefesinden ve diğer kaynaklardan kavramlar da kullanıyordu. Bu, yaşadığımız ve Rab Ishmael'in eğitim verdiği Torah Akademi'de pek çoklarını kızdırdı ve bir noktada gece yarısı oradan kaçmak zorunda kaldık. Güneye doğru ilerledik ve sonunda İskenderiye'ye vardık.

Başlarda, Sylvia yaşadığım anılar üzerinde herhangi bir araştırma yapmamamı rica etmişti; yalnızca deneyimin yer etmesini istiyordu. Her ne kadar ben Essenileri daha önce duymuş olsam da onlar hakkında çok az bilgiye sahiptim ve nerede, kiminle olduğunu anlamam için birkaç seans geçmesi gerekti. Sonunda, Sylvia anılarım üzerinde araştırma yapmaya başlamamı söyledi. Bulduklarım karşısında şaşkına döndüm diyebilirim.

O gece internette "Josiah" için arama yaptım, ama yalnızca eski Püriten New Englandlılar hakkında bilgiler buldum. Sonra "Rabbi Josiah" yazdım ve karşıma ikinci yüzyıldan Rabbi Josiah adında bir Talmud ustasını anlatan bir sayfa çıktı. Hakkında çok az şey biliniyordu; güneyde yaşıyordu ve Filistin Mişna'sı

ağırlıklı olarak kuzeyde, Galilee'de yazılmıştı. Sayfada Rabbi Josiah'nın Rabbi Ishmael ben Elisha'nın öğrencisi olduğu yazıyordu. O isme tıkladım ve onunla ilgili bilgilere ulaştım.

İlmi spekülasyonlardan biri, Ishmael ben Elisha'nın yalnızca başka bir rabbinin, adı kötüye çıkmış bir heretik olan Elisha ben Abuya'nın kod adı olduğu yönündeydi. Bu rabbi lanetlenmiş ve Sanhedrin'den sürgün edilmişti. Pek çok olası açıklama vardı: Kendini Yunan düşünce yapısına adadığı ve bunu cemaate aşılamaya çalıştığı; bir Gnostik olduğu, Hıristiyan olduğu, vs. bunlardan birkaçıydı. Makalede, Rab Elisha hakkında bildiğimiz her şeyin onun düşmanlarından geldiği ve çok güvenilir olmadığı yazıyordu. Onun Talmud'a büyük katkıları olan önemli bir âlim olduğu biliniyordu; öyle ki spekülasyona göre, bazı rabbiler onun tüm öğretilerini çıkarmak istememiş ve sonuçta taraf olduklarını gizlemek için bu kod ismi uydurmuşlardı. Ayrıca Reb Elisha Talmud'da "Akbar" ve "Öteki" olarak de geçiyordu.

Vay canına, ağzım açık kalmıştı! Gördüğüm diğer isimlerin aksine, bu Rabbi Josiah ismi ben, yani "oğlu" olarak geçmiyordu. Ailesi yokmuş gibi yalnızca Josiah'tı. Hayatımda Elisha ben Abuya'yı hiç duymamıştım. Bu, benim için regresyonların doğruluğunu kanıtlıyordu.

2009 yılında, regresyonlarımdan sonraki yaz İsrail'e seyahat etme fırsatı yakaladım. Sion Dağı'nda bir Hıristiyan manastırında kaldım ve Kumran'a gitmeye kararlıydım. Manastırda tanıştığım, aynı zamanda regresyon deneyimlerimi anlattığım ve deli olduğumu düşünmeyen bir arkadaşımla birlikte otobüse bindik ve yola koyulduk.

Geldik, giriş ücretini ödedik ve Esseni yerleşkesinin harabelerine doğru yürümeye başladık.

"Sanırım," dedi yeni arkadaşım, "nereye gittiğini biliyorsundur."

"Kesinlikle," diye yanıtladım. "Şuradan gireceğiz."

"Ama orada 'Çıkış' yazıyor."

"Ne yazdığı umurumda değil," dedim. "Giriş buradan."

Harabelerin içinde rahat ve bilinçli bir şekilde ilerledim. Her şeyin nerede olduğunu ve neyin ne olduğunu çok iyi biliyordum.

"Bu yolun yukarısında," dedim arkadaşıma, "yemek yediğimiz yer vardı. Erkekler battaniyelerin üzerine oturur ve çocuklar onlara hizmet ederdi. Sonrasında biz de kendi yemeğimizi yerdik." Ve kuşkusuz, o yolun sonunda, üzerinde YEMEKHANE yazan ve battaniyelerin üzerine oturmuş yemek yiyen erkeklerin resmedildiği bir harabe vardı.

"Şu aşağısı," dedim ilerlerken, "parşömenlerin yazıldığı yerdi. Biz çocuklar kenarda dururduk ve yazarlar daha çok mürekkep ya da yeni kalem için bize seslenirdi. Tek uçları sivri, kısa, oyuklu kamış kullanırlardı." Elbette, köşeyi döndük ve kapısında YAZIHANE tabelası bulunan bir harabeye girdik.

"Wayne-Daniel," dedi arkadaşım, "yere bak." Orada, ayaklarımın altında, taştan yapılma, toprağa gömülmüş eşmerkezli daireler vardı – tam da gördüğüm gibi.

~ Wayne-Daniel Berard

Wayne-Daniel'ın yaklaşık iki bin yıl önce bir rabbi ve şimdi bir din görevlisi olduğu hikâyesinde, spiritüel bir yaşamın sürekliliğini görebiliyoruz. Mevcut yaşamlarımızın yakınlığı ve ilgi alanlarının genleri geçmiş yaşamlardadır. Yetenek ve beceriler, bir kez daha mevcut yaşamda belirmeden önce geçmiş enkarnasyonlarda gelişmiş olabilir. Bizler, sezgisel bilgeliğimiz ve gelişen farkındalığımızla parlayan tecrübelerimizin toplamıyız.

En yoğun doğrulama çalışması genelde, burada görüldüğü üzere geçmiş yaşamı hatırlayan kişi tarafından yapılır. Tera-

pistler meşguldür ve genelde çok sayıda hastaları vardır, ama müşteriler anılarını doğrulama konusunda son derece motivedirler, çünkü tecrübeler onlarındır. Ayrıntıların doğrulanması regresyona daha çok güç katar. Her ne kadar Wayne-Daniel'ın antik çağdaki Esseni topluluğuna yaptığı seyahatten önce gerçekleştirilen araştırmalar ilginç ve önemli olsa da seansta yaşadığı tecrübeler olağanüstüydü. O aşina olma ve yolları bilmenin *déjà vu* hissi haritalardan öğrenilmez. Gerçek deneyimlerle sağlanır. O aktiviteleri, yerleri ve ayrıntıları anlatıyordu ve tüm ayrıntılar hızla onaylandı.

Yaklaşık iki bin yıl önce İskenderiye'deki kendi yaşam tecrübemi hatırlıyorum. Bir çölde kuzeye doğru Esseni toplulukları arasında ilerliyordum. Bu dönem, Wayne-Daniel'ın anılarındaki dönemle aynıydı.

Belki de eğitim seminerine gelmesi, bizim fark ettiğimizden daha çok bir yeniden buluşmaydı.

Pew Forum'un Din ve Kamusal Yaşam üzerine 2009 yılında yürüttüğü bir anket, Amerikalıların neredeyse üçte birinin ölümden sonra yaşama ve yaklaşık dörtte birinin reenkarnasyona inandığını gösterdi. Neredeyse yarısı mistik ya da spiritüel bir deneyim yaşadığını iddia etti –geçmiş elli yıl içinde en az ikiye katlanmış bir yüzdesi– ve yaklaşık yüzde 30'u ölmüş biriyle temas kurduklarını hissettiklerini söyledi. Her ne kadar reenkarnasyona inanan insan sayısı bu kavramın yüzyıllardır kabul gördüğü Asya'da ve diğer yerlerde daha fazla olsa da Batı dünyası da yavaş yavaş yetişmektedir.

Virginia Üniversitesi Psikiyatri Bölümü eski onursal başkanı Profesör Ian Stevenson gibi araştırmacılar, ağırlıklı olarak o kişinin en yakın geçmiş yaşamından ailenin kimlik tespitini sağlayan görüşmelerle ve sonra ailenin hatırlanan ayrıntılarının doğrulanmasıyla binlerce reenkarnasyon vakasını belgeledi.

Dr. Stevenson'ın öncelikli olarak çocukların spontane geçmiş yaşam anılarına odaklanan çalışması, ne sıklıkla geçmiş bir yaşamdan hangi amansız yaraların çocuğun mevcut bedeninde doğum izi olarak ortaya çıktığını ortaya çıkardı.

Yaklaşık on yıl kadar önce, Kanada Yayın Kuruluşu, geçmiş yaşamlar üzerine, içinde benim de konuştuğum ve bir danışman olarak yer aldığım güzel, yüksek kalitede bir belgesel serisi hazırladı. Geçmiş yaşam regresyonlarından geçecek gönüllüler seçildikten sonra Sarah Kapoor isimli bir muhabir, anıları doğrulamak için küçük kırsal köylerden mezarlıklara kadar tüm dünyayı dolaştı. Gönüllülerin deneyimlediği geçmiş yaşamları doğrulayabilecek rahiplerle, yaşlılarla ve tarihçilerle görüştü. Çarpıcı ve doğrulayıcı o belgeseli izledim ve hâlâ bazı vakalar karşısında hayrete düşerim. 2008 yılında *The Oprah Winfrey Show*'da pek çok insanı geçmiş yaşamlarına taşıdığımda, programın yapımcıları Sarah ile görüştü. Önceki bulgular bir kez daha doğrulandı ve ardından gelen yıllarda, Sarah gönüllülerle tekrar görüştüğünde ilave ayrıntılar ortaya çıktı.

Önceki kitaplarımda, geçmiş yaşam anılarını doğrulayan klinik vakaları kapsamlı bir şekilde belgelemiştim. Sayısız doğrulanmış hikâye vardır. İngiliz Jenny Cockell, yirminci yüzyılın başlarında İrlanda'da Mary Sutton olarak yaşadığı hayatında dünyaya getirdiği çocuklarını buldu. Jenny 1990'ların başlarında onları bulduğunda, Mary'nin çocuklarının beşi hâlâ hayattaydı. Çocukluklarındaki küçük ayrıntılara, Jenny'yle yaptıkları duygusal buluşmadan yetmiş yıl önce meydana gelen olaylara dair geçmiş yaşam anılarını, anneleri Mary Sutton'ın reenkarnasyonunu tamamen doğruladılar.

Bruce ve Andrea Leininger'ın *Soul Survivor: The Reincarnation of a World War II Fighter Pilot* adlı kitabında dikkatli bir şekilde belgelenmiş bir reenkarnasyon hikâyesi yer alır.

James Leininger'ın ailesi, iki yaşındaki oğullarının, Iwo Jima Savaşı'nda öldürülen bir adam olan James Huston olarak önceki bir yaşamı hatırladığını fark eder. En küçük askeri detaylara kadar doğrulama seviyesi, küçük James'in ailesi tarafından yapılan dikkatli araştırmanın bir ispatıdır.

Hem Jenny ve Leininger ailesinin tecrübeleri gibi tek vakalık raporlardan hem de reenkarnasyonal materyallerin araştırılmasıyla yapılan araştırma çalışmalarından, geçmiş yaşamların doğruluğuna dair kapsamlı neticeler toplanmıştır. Doğrulama, zihni yeni olasılıklara açmaya yardımcı olur. Kapalı bir zihin yeni bir şey öğrenemez. Kapalı bir zihin geçmişe takılıp kalır. Araştırmacıların bitmek bilmeyen gayretleri sayesinde, reenkarnasyonun yalnızca inançla değil, aynı zamanda klinik veriler üzerinden kabul edilebildiğini meşru bir şekilde söyleyebiliriz.

Elbette gerçekler araştırmaların desteğine gereksinim duymazlar. Onlar bilimsel doğrulamaların üzerinde ve ötesinde var olurlar, çünkü bilim ölçüm araçlarının sınırlarıyla kısıtlanmıştır. Henüz ölçemediği bir şeyi kanıtlayamaz. Uygun araçlar geliştirildiğinde, gerçekler orada keşfedilmeyi bekliyor olacaklar. Gerçekler bağımsızdır ve insanların inançlarından etkilenmezler. Ancak pek çok insan, doğal olarak, istatistiksel ve bilimsel kanıtlarda teselli ve destek bulurlar. İdeal bir şekilde gerçek ve ispat örtüşür. Reenkarnasyon kavramı için bu, kaçınılmaz olmuştur.

Bir örnek olarak, Sir Isaac Newton yerçekimini açıkladı, ama onu keşfetmedi. Bin yıl boyunca insanlar gerçeği biliyordu: Yukarı giden şey mutlaka aşağı inmelidir. Newton'ın bu fenomeni açıklaması için matematiksel araçların keşfedilmesi gerekti. Ve fizik araçları rafine edildikçe, yerçekimi daha iyi anlaşılacaktır. Benzer bir şekilde, henüz reenkarnasyonun mekanizmalarını bilmesek de onu açıklayabiliriz. Hâlâ Newton'ınımızı bekliyoruz.

Bir eğitim seminerinden sonra katılımcılarımızdan biri olan Claire'in yaşadığı kısa bir tecrübeyi anlattım. İrlandalı Clair, eğitimime katılana dek Kuzey ya da Güney Amerika'ya hiç gitmemişti. Geçmiş yaşam regresyonu sırasında, kendi deyimiyle "Chichen Itza"ya döndü. Burası bilmediği ve tanımadığı bir yerdi, ama orayı harika bir biçimde hatırlıyordu.

Değişen renkleriyle olağanüstü, büyük bir meleğe benzeyen bir görüntüye tanık oldu. Claire, başka insanlarla birlikte bir tür seremoniye katılan genç bir kadındı. Üzerinde beyaz kemerli bir cüppe vardı. Tepeleri düz piramitler ve ritüelin ikinci bölümünden önce kendini arındırmak için meditasyon yaptığı bir tapınağa çıkan basamaklar vardı. Claire, tapınakta basamakların en tepesinde tek başınaydı. Aniden kendini yerdeki büyük bir çukurun içinde buldu. Etrafta ve çukurun içinde olanları tüm ayrıntılarıyla açıklayabiliyordu. Belli ki bu bir kurban seremonisiydi, ama Claire seçildiği için onur duyduğundan travmatik bir ruh hali içinde değildi. Ailesi de aynı şekilde gurur duyuyordu. Seremonide yer alma kararı gönüllü olarak alınmıştı. Bu tip ayrıntılar daha sonra Meksikalı bir antropolog olan ve eski çağ seremonileri konusunda oldukça bilgili bir başka katılımcımız tarafından doğrulandı. Küçük grubumuzda, Mayalar ve yerel kültürler konusunda uzman ve Claire'in benim burada anlatabileceğimden çok daha kapsamlı ve ayrıntılı olan anılarını hemen doğrulayan bir antropolog olması beni etkilemişti.

Claire ya da ben, Claire'in regresyonundan önce bu antropologla konuşmamıştık. Aynı küçük atölye çalışmasında, Claire'in hatıralarındaki konu üzerinde uzmanlaşmış bir profesörle karşılaşmanın olasılıklarını düşündüğümde, hayatta hiçbir şeyin tesadüf olmadığını fark ediyorum.

Bir sonraki hikâyenin sahibi Jill aynı hakikati keşfetti.

Mevcut ve geçmiş yaşamları arasındaki güçlü bağlantılar bir tesadüften çok daha öteydi ve bir regresyonda hatırladığı ayrıntıların daha sonra tarihi belgelerde bulduklarıyla örtüşmesi bir tesadüf değildi.

• HER ZAMAN ÖZGÜRÜZ •

Ellili yaşlarında beyaz bir kadın olan Jill, bir terapi seansı sırasında bana bir hikâye anlattı. Mevcut yaşamında Jill tek başına yoksul bir mahallede bir çorba evi kuran bir sosyal hizmet görevlisiydi. On yaşlarındayken, Başkan Washington'ın evini ziyaret etmek üzere Mount Vernon'a gitmişti. Bu ziyaret sırasında, geçmiş bir yaşam hatırlamaya başladı. Jill ve onu o seyahate götüren teyzesi için, Jill'in evi ve fotoğrafları gördüğünde verdiği tepkiler tuhaftı. Bu evde birlikte oyun oynadığı küçük bir kızı tanımıştı. Ayrıca Mount Vernon malikânesindeki mobilyaların yerleşiminden ve nasıl hepsinin farklı yerlerde olması gerektiğinden söz edip durmuştu. Ben bunun bir geçmiş yaşam anısı olduğunu fark ettim ve Jill bunu irdeleme fikrine açıktı. Atölye çalışmalarımdan birine geldi ve kolayca geçmiş bir yaşama döndü. Orada bu tuhaf anının parçalarını bir araya getirmeyi başardı.

Jill'in atölye çalışmasındaki gruba anlattığı üzere, kendini George Washington'ın Mount Vernon'daki evinde on yaşında siyahi, köle bir kız olarak görmüştü. Nell adında küçük bir kızla oyunlar oynamıştı ve daha sonra aileyle birlikte Philadelphia'ya taşınmıştı. Annesinin terzi olan siyahi bir köle olduğunu ve babasının beyaz bir terzi olduğunu hatırladı. Kendine *mulatto* diyordu.

Daha sonra bu genç kadın bir gemiyle özgürlüğe kaçtı ve

New Hampshire, Portsmouth'a gitti. Orada özgür bir siyahi denizciyle evlendi ve üç çocuk sahibi oldu. Yakalanıp tekrar köleliğe götürüleceği korkusuyla yaşadığını hatırladı, ama yaşlanıp huzurlu bir şekilde ölene kadar özgür bir kadın olarak yaşadı. Jill yerleri ve tarihleri almayı başarmıştı ve adının Oney Judge olduğunu söyledi. Ona, o yaşamda onun için ne gibi dersler olduğunu sorduğumda, çok farklı bir sesle, ruhunun sesiyle yanıtladı: "Biz her zaman özgürüz."

Daha sonra o akşam, Jill'in eşi internete girdi ve hemen yanına gelmesini söyledi. Bilgisayar ekranında, özgürlüğe kaçmayı başarmış cesur genç bir kölenin hayatını anlatan bir Afro-Amerikan tarihi vardı: Oney Judge, George Washington'ın kaçak kölesi.

O gece Jill'in atölye çalışması sırasında bize aktardığı her şey o internet sitesiyle doğrulanmıştı. Ayrıntıların birçoğu doğruydu. Jill, okuldaki tarih dersinde böyle bir bilgi edindiğini hatırlamıyordu ki onun okula gittiği yıllarda Afro-Amerikan tarihi ders olarak anlatılmadığından bu da mümkün değildi. Ayrıca Portsmouth'ta da yetişmemişti.

Jill hâlâ bu bilgileri işliyor ve sindirmeye çalışıyor. Genç yaşta, Oney'nin Mount Vernon'da olduğu yaşlarda bu anıları neden gördüğünü öğrenmenin rahatlığı içindedir. Regresyon aynı zamanda gelecek hedeflerini belirlemenin yanı sıra, bu hayatta kişiliğinin bölümlerini entegre etmesine de yardımcı olmaktadır.

~ Maria Castillo

Zaman zaman, coğrafi bir uyaran bir geçmiş yaşam anısını tetikler. Hipnoz gerekmez, yalnızca bir yeri ziyaret yeterlidir. Bu vakada, Maria'nın müşterisi spontane bir şekilde mobilyaların yerine ve diğer tarihsel gerçeklere dair ayrıntılar hatırlamaya

başladı. Yıllar sonra, regresyonu ve internette yaptığı araştırmalar doğrulanma sağladı. İlginç bir şekilde, Jill'in mevcut yaşamındaki meslek ve projeler de, Ona Judge'ın yaşamındaki konularla örtüşüyordu.

Wayne-Daniel da eski Esseni topluluğunda arkeolojik bir kazıyı ziyaret ettiğinde bir geçmiş yaşam anımsaması yaşadı. Fiziksel olarak önceki bir yaşamın gerçekleştiği yere dönmek güçlü bir tetikleyicidir ve hem güçlü duyguları hem de ayrıntılı anıları geri getirebilir. Yabancı bir ülkeyi ziyaret eder ve tuhaf bir memnuniyetsizlik ya da o yerle güçlü bir bağ hissederseniz, bu duyguların kökeni geçmiş yaşamlarınızda saklı olabilir.

Siz dünyanın her köşesinden pek çok hayat yaşadınız ve pek çok inanç ve kültür tattınız.

Geçmiş bir yaşamın ayrıntılarını doğrulama olasılığı kuşkusuz bir regresyonun merak uyandıran bir niteliğidir, özellikle de anımsadıkları anıya dair kuşkuları olan insanlar için. *Bu gerçek bir geçmiş yaşam anısı mıydı, yoksa hayal gücüm mü,* diye merak eden insanlar, tecrübelerinin verilerini doğrulayan verisel kanıtlar bulmanın onların bu anıyı bir gerçek olarak kabul etmelerine ya da en azından zihnin standart beş duyunun ötesinde bir seviyede bir şeyler bilme kapasitesine sahip olduğunu anlamalarına yardımcı olduğunu fark ederler. Bu, benim için, geçmiş bir yaşama götürdüğüm ilk hastam olan Catherine'le yaptığım seanslarda böyle oldu. Bu kavrama kesinlikle inanmadım, ama hızla iyileştiğini inkâr edemiyor ya da oğlum, eşim ve kızım hakkında bilinmesi imkânsız ve oldukça ayrıntılı kişisel bilgiler veriyor olmasını göz ardı edemiyordum. Bana bu seviyede "kanıtlar" sunmuş olmasaydı, geçmiş yaşam regresyonu alanı üzerine araştırma yapmak için bu kadar istekli olmayabilirdim.

Çoğumuz, hayatımızın bir anında, kronolojik açıdan tutar-

sız, hatta belki mantıksız, ama bizi yeni bir anlayış seviyesine ya da uyanışa götüren bir rüya görmüş olabiliriz. Bir rüya analisti böyle güçlü, tetikleyici bir olayı sırf "tutarsız" ya da "mantıksız" diye göz ardı etmez. Geçmiş yaşam regresyonlarında da durum aynıdır. Geçmiş yaşam regresyonları rüyalar gibidir, çünkü bazen çok derin bilinç evrelerinden alınırlar, gerçek anıların yanı sıra semboller ve metaforlar içerirler. Bu tip sembol ve metaforların anlam ve mesajlarının netleşebilmesi için yorumlanmaları gerekir. Rüya benzeri ya da sembolik bir geçmiş yaşam anısı, gerçek bir anı kadar güçlüdür. Zihin bazen geçmiş yaşam sahnelerini tarihsel bir gerçeklikten çok bir şiir gibi sergiler.

Geçmiş yaşam anısı aynı zamanda düzenli uyanış bilincimizdeki diğer herhangi bir anı kadar aynı potansiyel bozulmalara meyillidir. Anı tamamen doğru olabilir, ama bazen tarihler ve diğer ayrıntılar hafif bozulmuş olabilir. Anı böyle bir şeydir. Örneğin, anaokulunda yaşadığınızdan emin olduğunuz şey aslında birinci sınıfta yaşadığınız bir şey olabilir. Ancak anıların yüzde doksan dokuzu doğrudur ve o tek bir hata, anının genel doğruluğun geçersiz kılmaz. Duygular ve temalar genelde büyük ölçüde doğru olma eğilimindedirler. En sık yaşanan sapmalar rakamlarda ve diğer mantıksal ya da sol beynin kontrolündeki işlevlerdedir. Derin zihin, ayrıntıları ve tarihlerindense anlamak ve iyileşmekle ilgilenir.

Önceki kitapların, vakaların doğrulanmasına dair daha kapsamlı bilgiler içermektedir. Ancak yıllar geçtikçe ve ben bu vakaların pek çoğuna tanık oldukça, odak noktam geçmiş yaşam anılarının doğrulanmasından bu anıların iyileştirici değerlerine doğru kaydı. Bir regresyonun gerçeklerinin, ayrıntılarının ya da tarihsel doğruluğunun hasta üzerinde önemli bir iyileştirici etki göstermesi ender rastlanan bir şeydir. Duy-

gusal içeriği, yüzeye çıkardığı duygular ve ilişkiler, hayata ve derin doğamıza dair içgörüler daha büyük önem kazanır. Bir sonraki bölümde anlatılan hikâyeler, bu tip anlayışların nasıl güçlü ve kalıcı bir şekilde insanların yaşamlarını iyileştirdiğini gözleri önüne sermektedir.

.3.

Anlayış Nasıl İyileştirebilir?

Bedenlerimiz ve zihinlerimiz, gerçek benliğimizin –ruhumuzun– fiziksel dünyada taktığı maskelerdir. Öldüğümüzde bu maskeleri çıkarır ve doğal evremizde dinleniriz. Ortadan kaybolmak, kayıtsızlık yoktur. Yalnızca maskelerimizi, kıyafetlerimizi ve diğer dış kaplamalarımızı çıkarır ve spiritüel âlemlere, evimize döneriz. Burada yenileniriz. Burada ayrıldığımız yaşamdan aldığımız dersler üzerine kafa yorarız. Burada yüzyıllardır birlikte olduğumuz ruh arkadaşlarımızla yeniden buluşuruz. Burada dünyadaki bir sonraki yaşamımızı planlarız. Zaman ve koşullar doğru olduğunda, yeni maskeler –bir bebeğin bedenini ve zihnini– edinir ve fiziksel evreye döneriz. Tazelenmiş bir enerji ve dış görünümle, reenkarnasyon ihtiyacı sona erene dek spiritüel derslerimizi öğrenmeyi sürdürürüz. Sonra diğer taraftan insanlara yardım etmek için devam edebiliriz.

Bizlerin maskeler değil, ruhlar olduğumuzu hatırlamak önemlidir.

Daha yüksek bir perspektif kazandıkça ve mevcut yaşamımızın ruhumuzun sonsuzluk içinde deneyimlediği pek çok hayattan biri olduğunu anladığımızda, yayılma hissi, zamandışılık ve hissettiğimiz neşe açıkça ortaya çıkabilir. Suçluluk, çaresizlik, köşeye sıkılmışlık duygularından kurtulabiliriz.

Derslerimizi öğrenmek için önümüzde sonsuz bir zaman var. Semptom ve korkularımız büyük olasılıkla geçmiş yaşamlardan kalma. Yalnızca bir beden ve beyinden çok daha öte olduğumuzu fark ettiğimizde, bizim için her zaman umut vardır.

En önemli dersimiz sevgidir. Kederlerimizin sebeplerini hatırlamak onları iyileştirmemize olanak verir. Bunu yaparsak sevgi dolu, spiritüel varlıklar olduğumuzun farkındalığı giderek daha çok netleşir. Bu bizim kaygılarımızı ve korkularımızı alıp götürür. Gerçek doğamızı idrak etmedeki engelleri ortadan kaldırır. O zaman kendimizi ve dünyamızı iyileştirerek en yüksek potansiyelimize ulaşabiliriz.

Anlayış hemen gerçekleşebilir: bu fikirlerin anlam ve imalarına dair ani bir algı, net ve sezgisel bir bilme. Anlayış aynı zamanda yavaş ve kasıtlı da olabilir. Cehalet perdesi usulca kalkarken yavaş yavaş gelen bir farkındalık yaşarız. İster Zen-benzeri bir ivedilikle ister sisli bir günde güneşin yavaş yavaş doğmasıyla, sonuçlar benzerdir.

Pek çok engel anlayışımızı bloke eder. Bizler genelde idrak etmek, mantık yürütmek ya da kendimiz adına karar vermek için fazla gençken, gerek kültürel gerekse dini bazı belirli inanç sistemlerinin dayatılmasına maruz kalırız. İnanç ve sistem değiştiremeyecek kadar kapalı görüşlü olabiliriz. Bilgi kapalı bir zihne giremez. Yeni hiçbir şey öğrenilmez.

Neyse ki kişisel tecrübe inançtan çok daha güçlüdür. Bir kez tecrübe ettiniz mi bilirsiniz. Bu sebepten ötürü, ister regresyonla, ister bir rüyada ya da meditasyonda, isterse spontane bir şekilde gerçekleşsin, bir geçmiş yaşam anısı, kapalı bir zihni açmaya ve onu kuşkunun zincirlerinden kurtarmaya yetecek kadar zorlayıcı olabilir. Şimdi sorular sorulabilir. Şimdi inançlar yeniden gözden geçirilebilir, kabul ya da reddedilebilir. Şimdi gerçek öğrenme gerçekleşebilir.

Sıradaki hikâyenin sahibi Heather için anlayış güçlü ve sert bir şekilde geldi. Sesini yeniden kazandı ve zihnini iyileştirmesine ve ruhunu beslemesine olanak veren spiritüel bilgeliğe erişti.

• SESİNİZİ BULMAK •

Bedenim ağır zincir zırhın altında buz kesiyor. Kendi kanımla boğuluyor, yaklaşan ölümümü bekliyorum, ama korkmuyorum. Başımı kaldırıp ıslak, gri gökyüzüne bakıyor ve onurla savaştığımı ve aynı şekilde de öleceğimi biliyorum.

Bu bir ortaçağ masalından bir sayfa değil, bildiğimi düşündüğüm her şeyin tamamen değişmesine neden olan, hayatımı değiştiren bir tecrübeden. Hiçbir zaman yanıt aramadım, çünkü sorularım yoktu. Ama sırf merakımdan hipnozu denemeye karar verdim. Kısa süre sonra kendimi geçmiş bir yaşamın içinde buldum.

O zaman bu hayatın bir ders, içinde bir şeyler öğrenmemiz gereken bir okul olduğunu anladım. Ve yaşadığımız her karşılaşma değişmek ve yardım etmek için bir fırsattır. Hepimiz bu dünyada birlikteyiz ve yalnızca sevgi, umut ve yardım bizim kurtuluşumuz olabilir. Bunlar eski bir agnostiğin kaleminden dökülen sözlerdir. Açıklamama izin verin.

Gençken boynuma değen şeylerden hoşlanmazdım. Asla dik yaka bluzlar giymez, şal ya da aktılar takmazdım. 2000 yılında boğazımda cerrahi müdahale gerektiren bir tümör bulundu. Cerrahın bıçağı boğazıma yaklaşırken hissettiğim dehşet, normalde olması gerekenden çok daha şiddetliydi. Benim "sakin olma" kararlılığımla örtüşmedi. Bugün o müdahaleden dolayı boynumda bir iz taşıyorum.

Ayrıca sesimi kaybetmekle ilgili sürekli tekrarlanan sorunlar

yaşadım ve günlerce, sebepsiz yere sesimi tamamen kaybettim. Hem de üç tıbbi değerlendirme ve konuşma terapisine rağmen.

Dahası, birkaç sene önce bir ilaca karşı, beni paniğe, daha önce hiç yaşamadığım bir paniğe sürükleyen bir reaksiyon gösterdim. Paranoyaklaştım ve boğazımın daralıp kapandığını düşündüm. Öldüğüme ikna olmuştum. İyiydim, ama o duygu sal ve sinir bozucu korkudan kurtulmam günler aldı.

Bir perşembe günü bir hipnoterapi uzmanı olan Donna'yı görmeye gittim. Gerçek anlamda o gün sesim çıkmıyordu. Donna, sözlü olarak beni derin bir hipnoz evresine götürmek için güdümlenmiş görsellik kullanarak kaslarımı gevşetmeye teşvik etti. Sonunda tamamen gevşediğimde, bir kütüphane hayal etmemi söyledi. Sırtlarında "Heather" yazan kitapların bulunduğu bir bölüme götürüldüm. Bir kitabın sarı ve kararmış sayfalarını açtım ve açık sayfanın sağ tarafında, nerede peri masalı kitaplarında göreceğiniz renkli bir baskı vardı. Bu, beyaz bir atın önünde diz çökmüş bir şövalye resmiydi. Şövalyenin üzerinde zincir zırh vardı; sol elinde bir kalkan, sağ elinde bir kılıç tutuyordu. Dalgalı, siyah saçları sağ gözünü kısmen örtüyordu ve zayıf, ince yüzü solgundu.

Donna benden resme girmemi istedi ve bir anda Heather olmaktan çıktım – o şövalyeydim. Savaşın tüketmişliğini ve açlığı hissettim, ama aynı zamanda derin bir onur hissi vardı. Savaşmak için yemin etmiştim, ama içinde sebebin bu olmadığına dair huzursuz edici bir duygu vardı. Ölmekten korkmuyordum ve gururla ölecektim. Hayatımda kadın yoktu, yalnızca atıma duyduğum sevgi ve şefkat vardı.

Donna beni zamanda biraz daha ileri götürdü ve bir çarpışmanın içindeydim. Yer yeşildi ve ben ayakta, sağ elimdeki kılıcımla mücadele ediyorum. Bir terapi uzmanının koltuğunda yatıyor olmama rağmen, sağ elim bir kılıç tutuyormuş gibi

kapanmış ve havaya kalkmıştı. Sol elimde ise hayali bir kalkan vardı. Avuçlarımı açamıyordum.

Aniden kan kusmaya başladım. Boğazımdan bıçaklanmıştım. Donna'nın ofisindeki koltukta, boğazımın kapandığını hissettim. Öksürdüm, nefes almaya çalıştım. Donna bana bedenden çıkmamı ve sahneyi bir film izliyormuşum gibi izlememi söyledi. Denedim, ama duygular –keder, boğulma hissi– öyle gerçekti ki kendimi bedenden ayıramadım. Sonunda ıstırap durdu. Süzüldüm. Huzur. Tek bildiğim huzurdu. Hayali silahları elimden bıraktığımda, ellerim de gevşedi ve rahatladı.

Bu daha önce hiç tatmadığım bir huzurdu. Keder, mücadele yoktu, yalnızca güzel bir süzülme hissiyle birlikte her şeyi kapsayan bir dinginlik. Bedenimde hiçbir gerginlik yoktu. Daha özgür, serbest, ebedi hissettim. Orada sonsuza dek kalabilirdim, ama Donna benimle konuşuyordu. Şövalyemi bırakmak istemedim. Hâlâ onu hissediyor ve ayrılmak istemiyordum, ama o beni o yaşamdan çekip mevcut zamana döndürdü.

Seans sona erdi ve ben duygu yoğunluğuna kapıldım. Donna'ya sarılıp teşekkür ettiğimde, ikimiz de sesimin berrak ve güçlü çıktığını fark ettik. Fısıldayarak başlamıştım, şimdi tekrar tok bir sesim vardı. Şövalyenin ölümünü tekrar yaşamak sesle ilgili sorunlarımı çözmüş olabilir miydi? Yalnızca zaman gösterecekti. Ama ben çok mutluydum.

Sonraki günlerde berrak bir sesle uyandım. Telefonu her açtığımda şaşıyordum. Şövalyeler hakkında bilgi almak ve armacılığı öğrenme arzusuyla yanıp tutuşuyordum.

Sonunda neden belirli kültürleri, müzikleri, sanatı ve sembolleri sevdiğimi anladım. Neden belirli davranışlar sergilediğimi, neden belirli huylarım, etiklerim ve benden öncesine dayanan bir kodum olduğunu anladım. Korkularıma ve güçlü noktalarıma ve bunların nereden geldiğine dair daha iyi bir anlayışa

eriştim. Ve bu iyileştirici faydaları şaşırtıcı olsa da ve belirli özelliklerimi daha derinden takdir etmeye başlamış olsam da, benim hâlâ inanmakta güçlük çektiğim mucize bu değildi.

Bu tecrübelerden sonra, ortaçağ tarihiyle ilgili daha çok şey öğrenmek istedim. Bugün hâlâ merak ediyorum, ama eskisi kadar değil. Ayrıntılara odaklanmak büyük resmi gözden kaçırmaktır. Gerçek anlam, gerçek mesaj, bir şövalye ya da başka bir insan olduğum bilgisinden çok daha engindir. Yalnızca bu hayatın bize olduğumuzu söylediği insandan çok daha fazlası olduğumuz fikrini kabul edersek bunun yansımaları oldukça kapsamlıdır.

Bir yansıması, bizim ölümsüz olduğumuzdur. Daha önce birlikte olduğumuz pek çok ruhla daha pek çok hayat yaşamaya devam edeceğiz. Her zaman birbirimizi bulacağız. "Ölüm bizi ayırana dek" kesinlikle doğru değildir, çünkü ölüm bile bizi ayıramaz.

Yanlış yaptığımız insanlar, yanlışı dönüştürmemize fırsat vermesi için bir başka hayatta bize döneçektir. Benzer bir şekilde, bize yanlış yapan insanlar da hatayı telafi etmek için geri gelecek. Ailemizle, arkadaşlarımızla ve geçmişte kalbini kırdığımız insanlarla tekrar bir araya geleceğiz. Düşmanlık ve öfke duymak ve insanlara zarar vermek, zaman ve enerji kaybıdır. Aynı sorunlar ve aynı insanlarla bin kez karşılaşmak zorunda bile olsak, sevmeyi ve ilişkilerimizi arındırmayı öğreneceğiz.

Dahası, şimdi "Heather" olarak tanıdığım insan olmadığımın farkındayım. Sanki şimdi bir "Heather" kostümü giyiyorum ve bir sonrakinde bir "Henry" kostümü giyebilirim. Bu, benim durup çatışma ve krizlere daha objektif bir şekilde bakmama olanak veriyor. Ben yalnızca Heather'ın hayatını yaşayan bir farkındalığım. Şimdi stresli durumlardan ayrışmak üzerinde çalışıyorum, ama bu hâlâ zor, çünkü duygular çok gerçek ve yoğun gibi görünürler. Şövalye olduğumda, duygu

lar da çok gerçek ve yoğundu. Öyleyse herhangi bir durumda gerçek nedir? Duygular kalite ve yoğunluklarına göre mi gerçek olurlar? Heather'ın duyguları şövalyeninkilerden daha mı gerçek? Tecrübenin gücü aynıdır. Kiminkine dikkat etmeliyim? Bu beni, bunların hiçbirinin gerçek olmadığı sonucuna götürüyor – gerçek olan tek şey, arkalarındaki farkındalıktır.

Algı ve perspektifteki bu değişiklikler hastalıklara, kronik rahatsızlıklara ve krizlere olan bakışımı etkilemektedir. Heather'ın bedenine bakışımı, olaylara bakışımı ve Heather'ın onlara verdiği tepkileri etkiledi. "Benim" kronik rahatsızlığım artık bana özel bir şey değil. Artık onu sahiplenmiyorum. Bu yalnızca Heather'ın deneyimlediği bir şey ve onu deneyimlemesinin de bir sebebi var. Bu, rahatsızlığı yaşamakla öğrenilmesi gereken bir derstir. Bu, benim kendimi kişisel etkiden ve onun duygusallığından ayrıştırmama yardımcı olur.

~ Heather Rivera

Heather reenkarnasyon anılarının engin yansımalarını güzel bir şekilde özetler. Bizler beden ve beyinlerimizden çok daha öteyiz. Bizler, Heather'ın altını çizdiği dersleri öğrenmek için fiziksel formda cisimlenen ölümsüz ruhlarız. Reenkarnasyonun gerçekliğini anlamak, ölme korkumuzun kaybolmasına olanak verir, çünkü bilincimizin fiziksel ölümü aştığını biliriz. Siz daha önce yaşadığınız, o hayatta öldünüz ve şimdi tekrar burada, yeni ve farklı bir bedendesiniz. Eski bedenin ölümünden sonra devam eden ve sonra bir bebek olarak enkarne olan parçanıza genelde ruh ya da ebedi bilinç adı verilir. Bizlerin ruhlar ya da hiç bitmeyen bilinç olduğumuzu anlamak son derece özgürleştiricidir. Yalnızca geçici insanlar değil, spiritüel varlıklar olduğumuzu anlarız. Asla ölmeyiz, çünkü asla gerçek

anlamda doğmamışızdır. Öyleyse korkacak ne var?

Gençliğinizde size reenkarnasyon kavramı öğretilmediyse – ki bana kesinlikle öğretilmedi ve ben buna inanmıyordum– bu, kavramın yanlış olduğu anlamına gelmez. Açık görüşlü olmak ve en yüksek potansiyelinize ulaşmanız için bu olaylardan dersler almaya devam etmek çok önemlidir. Heather tam da bunu başardı ve hayatı bir daha aynı olmadı.

Geçmiş bir yaşamda boğaz ya da boynun yaşadığı bir travma, mevcut yaşamda sesle ilgili sorunlara yol açabilir, ancak başka olası kaynaklar da vardır. Geçmiş bir yaşamda söylediğiniz bir şey için cezalandırılmış, hatta öldürülmüş olabilirsiniz. Sözcükler öldürücü olmuş olabilir. Mevcut yaşamdaki sonuç, aynı sonucun tekrarlanmasını önlemek adına kendinizi sansürlemek ya da kısık ve cılız bir sesle konuşmak için güçlü bir ihtiyaç olabilir. Sözcükler öldürebilir.

Etki-tepki bağlantısı ortaya çıkarıldığında ve anlaşıldığında, semptomlar hafifler. Heather için fiziksel bir sorun ortadan kayboldu. Maria'nın hastası ve bir sonraki vakanın öznesi Giorgio için semptomun doğası duygusaldı. Sorunun bedende mi, yoksa zihinde mi olduğu hiçbir şeyi değiştirmez. Bu şifa paradigması hepsi için geçerlidir.

• HAYAT ZOR OLMAK ZORUNDA DEĞİL •

Bir hastayla yaptığım seanslar, özellikle ilginç ve etkileyici bir hikâyeydi. Ama bunun sebebi yalnızca zengin ayrıntılar, farkındalıklar ve duygusal iyileşme değil, aynı zamanda hastamın ne onun ne de benim bildiğim iki ayrı dilde konuşuyor olmasıydı.

Giorgio kendini eski bir zamanda Ortadoğu'da kalabalık bir odanın içinde buldu. O toprakların kralıyla görüşme yapan bir

grup insanın içindeydi; onlar oraya yerleşmek isteyen göçmenlerdi. Tahta giden yolun iki yanında hizmetkârlar duruyordu. Bir danışman kralın kulağına bir şey fısıldadı. Bu sırada kalabalık endişe bir şekilde neler olacağını, haklarında ne karar alınacağını merak ediyordu. Önemli bir karar verilmek üzereydi.

Kral tahtından kalktı, basamaklardan indi ve dudaklarından şu sözler döküldü: "*Anan shatlan temuk.*"

Bu, kalabalığın anladığı bir dil değildi ve kimse ne anlama geldiğini bilmiyordu. Hepsi aralarında endişeli bir şekilde mırıldanmaya başladı. Askerler etraflarını sardı ve göçmenler öldürüleceklerini düşündüler. Ancak hayatları bağışlandı ve bu grubun kasabanın dışında, toprakların bereketli olmadığı, ıssız bir bölgesinde yaşamasına izin verildi. Oralarda hiçbir şey yetişmiyordu ve hayatta kalmak için çoğunlukla hayvan yetiştirdiler. Yaşam şartları zordu. Giorgio'dan evine gitmesini ve nerede yaşadığını görmesini istedim.

Konuşurken gözlerinden yaşlar boşaldı. "Biz kızım, ergenlik çağında bir kız. Eve geldim, annem bana hayatın ne kadar zor olduğunu anlatıyor. Hayat her zaman zor, bizim için her zaman zor olacak. Annem beni çok seviyor. Nereye gidersek gidelim hayatın bizim için her zaman zor olacağını söylüyor. Ve ben ona inanıyorum. Onu dinliyor ve başımı sallıyorum. Çok çalışmak zorundayız."

"Annen üzgün mü?" diye sordum. "Yüreğinde ağır bir yük mü var?"

"Hayır. Üzgün değil. Yalnızca bizim için ne kadar zor olduğunu anlatıyor. Bu, bizim hayattaki kaderimiz."

Kız, bu hayatta Giorgio, bu ifadeleri kabullendi ve içselleştirdi. Bunları yaşıyor ve kendi gözleriyle görüyordu ve asla annesinin tutumunu sorgulamadı.

Giorgio bana o hayatta tek çocuk olduğunu, Anash adında

bir kız olduğunu söyledi. Ona Anash'ın annesini sordum. "O şimdiki annem. Bu hayatta geçmiş hayatta olduğundan çok daha güçlü, ama aynı ruh."

Anash'ın babası uzun boylu, sakallı, kel bir adamdı. Bir gün askerler geldi ve onu evlerinin önünde mızraklarla öldürdüler. Bir şey çalmıştı. Annesi onun bu suçu işlediğini biliyordu ve bunun olabileceğini tahmin etmiş olmalıydı, çünkü askerler geldiğinde o hazırlıklıydı ve hemen kızını eve saklamıştı.

"Bu olayın çarpıcı yanı, babamın ölümü değil, annemin bu olaya verdiği tepki. Bu olay onun inandığı ve bana öğrettiği her şeyi, hayatın zor ve ıstıraplı olduğunu doğruladı. Bunun hayattaki kaderimiz olduğunu. Ve bu, bugün bile annemin bana söylediği şeydir," diye açıkladı Giorgio.

Kız şehirde yaşayan bir adamla evlendi. Yıllar içinde Anash'ın kabilesindeki genç insanlar, evlenip çalışmaya başlayarak şehre taşındılar. Anash'ın annesini sık sık ziyaret edip etmediğini sordum.

"Evet," dedi Giorgio. "Ona portakal götürüyorum."

Giorgio'nun yanaklarından yaşlar süzüldü ve sesi hissettiği duyguları ele verdi. Anash sık sık yuvarlak ekmekler, portakallar aşırıyor ve onları annesine getiriyordu. Hayat Anash için biraz daha iyiydi. Yaşadıkları yer bir çadır veya baraka değil, gerçek bir evdi. Yine para yoktu ya da az parayla geçiniyorlardı, ama Anash'ın kocası değirmenciydi ve bu onlara yiyecek sağlıyordu. Kocası aynı zamanda Yahudi'ydi ve her ne kadar azınlık olsa da Yahudiler Anash'ın kabilesine kıyasla daha entegre yaşıyorlardı. Giorgio Anash olarak bir başka dilde konuşmaya başladı ve "Ve şimdi bildiğim tüm İbranice sözcükler bunlar," dedi.

Anash'ın yaşamında önem teşkil eden bir sonraki olay annesinin ölümüydü. "Annem yaşlı. Yaşlı ve hasta. Yüzüne

dokunuyorum. Ölüyor. Ona onu sevdiğimi söylüyorum. Çok zayıf. Kemikleri çıkmış. Ben ona çok yakındım."

"Nasıl hissediyorsun?" diye sordum.

Giorgio, "Çok, ama çok üzgünüm. Haklı olduğunu hissediyorum, hayatın gerçekten zor olduğunu," dedi.

O yaşamda Anash olarak Giorgio'nun yaşamın bir mücadele olduğu algısının yalnızca bir varsayım, hayata bakmanın bir yolu, bir inanç olduğunu öğrenmesi gerekiyordu. Mevcut reenkarnasyonunda, buna inanmaya devam etti. Ama hayat yalnızca ıstırap ve acı değildir. İşler insanın tahmin edemeyeceği şekillerde değişir; hiç beklemediği şeyler olur. Ve bu hem Giorgio hem de annesi için çok önemli bir derstir. Annesi, hayatın bir mücadele olduğuna derinden inanmaya devam etti ve neticede hayatındaki her olay bu algıyı doğruladı. Hayat potansiyellerle doludur. Mucizeler olur ve ikisinin de bunu bilmeye ihtiyacı vardı.

Mevcut yaşamında Giorgio annesinden, Anash olduğu hayatta dinlediği şeyleri dinleyerek büyüdü. Giorgio içinde aynı tutumu taşıdı ve regresyondan önce karşılaştığı zorlukları anlatırken hayattan sürekli savaşılması ve mücadele edilmesi gereken bir şeymiş gibi söz etti. Bu tutum –hayatın bir savaş meydanı olduğu inancı– hayatının her köşesine; kariyerine, finans durumuna, ilişkilerine, hatta bir ressam olarak yaratıcı ifadesine bile sızmıştı.

Seansımızdan sonra Giorgio, hayatın bir mücadele olduğu inancından kopmayı seçti. Anash'ın yaşamında bu inancı yaratan koşulların, Giorgio olarak sürdürdüğü hayatta mevcut olmadığını ve şimdi farklı bir insan olduğunu fark etti. Olumsuz olmanın ya da işlerin kontrolünün dışında gittiğinden endişe etmenin gereği yoktu. Giorgio seçme gücüne sahip olduğunu ve dünyaya annesinin gözlerinden bakmak zorunda

olmadığını anladı. Ona verilen tüm iyi şeyleri göz ardı etmek ve neyin yanlış olduğuna odaklanmak yerine, tüm iyilikler için minnettar olmayı seçti. Hayatı olağanüstü bir olasılıklar ve nimetler kaynağı olarak görmeye ve yaşamaya karar verdi.

Regresyonumuzun üzerinden bir yılı aşkın bir süre geçti. Giorgio ile konuştuğumda, ondaki değişimin kalıcı olduğunu görüyorum. Seansımızın ona sağladığı anlayış, onu hayatındaki mücadeleleri yeniden yaratma ihtiyacından kurtarma. Şimdi hayatın potansiyelle ve gerçekleşmeyi bekleyen mucizelerle dolu olduğunu biliyor.

~ Mira Kelley

Bu bölümün girişinde, yetişkinler olarak karşılaştığımız şeylerin, belki de çocukluğumuzda bize öğretilen ve sindirmeden ve sorgulamadan yuttuğumuz, test edilmemiş görüş ve tutumları doğrulayabildiğini ya da çürütebildiğini söylemiştim. Giorgio'nun hikâyesi, bu inanç ve varsayımların nasıl sapmış, hatta yanlış olabileceğine dair kusursuz bir örnektir. Yeni anlayışlar başlarda tuhaf ya da sıra dışı görünebilirler, çünkü bize yabancıdırlar, ama zamanla ve sabırla gerçekler ortaya çıkar. Mira Giorgio'yu uzman bir şekilde daha yüksek bir farkındalık evresine taşıdı. Sonuç olarak Giorgio'nun hayatı daha tatmin edici ve neşeli bir hayata dönüştü.

Giorgio ve annesi, şimdiki ve geçmiş yaşamlarda, hayatın zor olacağına inandılar. Yalnız değiller. Yıllar içinde pek çok okur ve seminer katılımcısı bana neden bu zor fiziksel boyutta olduğumuzu sordu. Neden diğer tarafta, daha huzurlu boyutlarda kalmıyor, o yükleri, acıları taşımadığımız, fiziksel varoluşu yaşamadığımız o boyutlarda kalmıyoruz?

Bu karmaşık bir sorudur, çünkü çok daha yüksek bir spiri-

tüel perspektife değinir. Bu, Tanrı'nın zihnini bilmeye çalışmak gibidir. Benim yanıtım eksiktir, ama bazı insanlara yardımcı olduğunu biliyorum.

Ben fiziksel varoluşu, anaokulunun ilk gününe, okula gitmek ve çeşitli sınıflar boyunca aşmamız gereken o stresli yolculuğa başlamak için evimizin rahatlığından ve tanıdık ortamından ayrılmamız gereken güne benzetiyorum. Bir anaokulu çocuğu, "Neden buna ihtiyacım var? Neden evde kalıp orada öğrenemiyorum? Okula kimin ihtiyacı olur? Ben evimde çok mutluydum. Burada olmak istemiyorum!" diyebilir.

Ama genç çocuk, okulun amacını ve değerini takdir edecek perspektife sahip değildir: bir eğitim almak, pek çok konu öğrenmek, bir kariyere hazırlanmak, toplumda işlev göstermek, geçimini sağlamak, akranlarıyla iletişim kurmak, vs. Çocuk evin değişeceğini, ebeveynlerin yaşlanacağını ve emekli olacağını ya da gideceğini fark etmez. Her şey değişir.

Bizler bir anaokulu öğrencisi gibiyiz. Neden dünya üzerindeki bu fiziksel okulda olduğumuzu tam olarak anlamayız, ama sonuçta gerçek, sebepleri ne olursa olsun, burada olduğumuzdur. Ve bundan en iyi şekilde faydalanmak, spiritüel derslerimizi öğrenmek ve sonra tıpkı uzun bir okul günün ardından evine dönen bir çocuk gibi, gerçek evimize dönmeliyiz.

• HUZUR BULMAK •

Kocamla birlikte sizin Los Angeles seminerinize katıldım. Bir rüya sebebiyle son dakikada Houston'dan rezervasyon yaptırdım. Seyahatten birkaç gün önce, rüyamda benim elimi sıktığınızı ve kulağıma bir şey fısıldadığınızı gördüm. Ne söylediğinizi algılamam zaman aldı, ama kocamla el sıkıştığınız

sırada ne olduğunu anladım. Bu hayatta çocuğum olmadığını, çünkü geçmiş iki yaşamımda iki çocuğumu kaybettiğimi ve bu yüzden çocuk sahibi olmaktan korktuğumu söylediniz. Tamam, bu beni uyandırdı ve ciddi anlamda sarstı, çünkü çocuk sahibi olmaktan korkmuyorum. Yalnızca hamile kalmaya çalışmaktan çok sıkıldım ve her şeyi doğal akışına bıraktık. Daha fazlasını öğrenmek zorundaydım!

Geçmiş yaşam regresyonu üzerine sabah seminerinizde, zihnimde kocası ve bir oğluyla dağlarda yaşayan beyaz bir kadın görüntüsü vardı. Bu, basit ve huzurlu bir yaşamdı. Sonunda, o yaşamdan öğrenilecek dersin ne olduğunu sorduğunuzda, hissettiğim tek şey saf memnuniyet ve huzurdu. Sonra mutlu, huzurlu, merhametli, sabırlı ve cömert olmayı öğrendiğim sürece hayatta neye sahip olduğumun önemli olmadığını fark ettim. Hayatın, kitaplarınızın ve Budizm'in bana sunabildiği tüm öğretileri öğrendiğim sürece iyiyim. O yüzden varsın çocuklarım olmasın. Pediatrik diş hekimi olduğumdan her gün çocuklarla çalışıyorum ve bu, benim için mutluluktur. Bu mesajı keşfetmeme yardımcı olduğunuz için teşekkür ederim.

~ Michelle Lin

Michelle'in hikâyesi kısa ama güçlüdür. Sonu henüz yazılmamış olabilir. Pek çok ömrü boyunca yüzlerce, hatta binlerce çocuk doğurduğuna eminim. Mevcut yaşamında her gün çocuklarla ilgileniyor. Regresyonundan sonra kazanılan spiritüel bilgeliğin içgörüleri ve hazinesi çarpıcıdır. Merhametin, sabrın ve cömertliğin temel doğasını özgürlüğümüze giden kılavuzla ve basamaklar olarak algılamak ne büyük bir nimettir. Michelle bunu derin ve deneysel olarak kazanılmış bir seviyede anlar. O bilir.

Yıllar içinde, doğurganlık konularını açığa çıkaran pek çok kadın hastam oldu. Bir geçmiş yaşam engeli kaldırıldıktan sonra (çocuğunu bir kez daha kaybetme korkusu gibi) ya da kabullenme ve anlayış yoluyla tansiyon hafifletildikten sonra büyük bir bölümü tekrar hamile kaldı. Michelle memnuniyet ve huzurla, sahip oldukları yla mutlu bir şekil de yaşamayı sürdürürse onun da hamile kalma olasılığı ciddi ölçüde artacaktır.

Sıradaki iki hikâye bu tema üzerinedir.

• SON ŞANS •

Yıllar önce, Brian Florida'da büyük bir konferans salonunda bir atölye çalışması veriyordu. Erken geldik ve Brian salonun ön tarafında sesi, ışığı ve sahne düzenlemesini kontrol ediyordu. Ben son sıradaki bir sandalyeye oturdum ve günün başlamasını bekledim. Kısa süre sonra, bebek arabasındaki güzel bebeğiyle genç bir kadın geldi. Yakınımda bir yere oturdu. Ben bebeklerin büyüleyici olduklarını düşünürüm; kokularını, yumuşak tenlerini, kabarık saçlarını ve şapşal gülüşlerini çok severim. Onlar bana her zaman şimdi yetişkin olan çocuklarımın o dönemdeki hallerini anımsatır.

Genç anneyle küçük kızı hakkında sohbet etmeye başladık ve sonra ona kendimi tanıttım. Brian'ın eşi olduğumu fark edince, "Siz farkında değilsiniz, ama kızımın doğumundan eşiniz sorumlu," dedi.

Şimdi, bunlar herhangi bir kadının kocası hakkında duymak isteyeceği türden sözler değildir. Sosyal bir görevli olarak kullanmak üzere eğitildiğim doğal tutumunu benimseyip yanıtladım: "Öyle mi? Anlatın lütfen."

Bana her zaman anne olmak istediğini söyledi. Evlendik-

ten kısa süre sonra kocasıyla küçük bir aile kurmaya karar vermişlerdi. Ancak aylar boyunca deneyip hamile kalmayı başaramayınca doktorlara başvurmuş, buna rağmen çocuk sahibi olamamışlardı. Kadın, bir kısmı ıstıraplı ve utanç verici olan sayısız tedavi ve prosedürden geçmişti, ancak her ay çiftin umudu umutsuzluğa dönüşmüştü. Yeni bir tedavi için başka bir uzmanla görüşmeye hazırlanıyordu. O randevuya giderken bu prosedür işe yaramadığı takdirde, denemekten vazgeçmeye karar vermişti. Canına tak etmişti.

Kadın etrafında bir sürü hamile kadınla doktorun bekleme odasında otururken, *Many Lives, Many Masters* kitabını ve ruhların ebeveynlerini seçme kavramlarını düşünmüş ve bu ruhların vefat etmiş aile bireyleri ya da akrabalar olabileceğini hatırlamıştı. Herkesin önünde, yüksek sesle tavana bakmış ve şöyle demişti: "Tamam, eğer geri gelmek isteyen biri varsa zaman bu zaman. Bu benimle son şansınız!"

Belki de birileri dinliyordu. Prosedür başarılı oldu ve dokuz ay sonra bu güzel kız dünyaya geldi.

~ Carole Weiss

Bu bebekten kısmen sorumlu olabilirim, ama ben de pek çocuk dünyaya getirdim. Sayısız enkarnasyonumda kadın ve erkek oldum. Her ırka, dine ve ulusa mensuptum. Hepimiz öyle, çünkü bizler, yalnızca geçici yuvalarımız olan bedenler değiliz. Bizler yaşamdan yaşama geçen, gerçek spiritüel doğamızı burada, yeryüzünde nasıl gerçekleştireceğimizi öğrenen ruhlarız.

Algıda bedenle özdeşleşmekten ruhla özdeşleşmeye geçen bu değişim, yolculuğumuzda önemli bir adımdır. Bir insanın gerçek doğasını bilmesi hem özgürleştirici hem de iyileştiricidir. Bir ego ya da sıradan bir zihin günlük olaylardan ve

sorunlardan kolaylıkla etkilenebilir. Ama ruh seviyesinde, derin soğukkanlılığımız günlük yaşamın minik felaketlerinden ya da dış dünyanın çatışmalarından etkilenmez. Daha büyük bir perspektif huzurun baskın gelmesine ve yüreklerimizin açık kalıp sevgiyle dolmasına olanak sağlar.

Sıradaki hikâyenin sahibi Jennifer bu perspektifi bir masaj terapistinin ofisinde, kendini bilinçaltında yüzlerce yıl önce taşıdığı bir bedenle özdeşleştirdiğini fark ettiğinde keşfetti. Bu özdeşleştirme kendini fiziksel anlamda bir yara ve psikolojik anlamda bir aile kurma korkusu olarak ortaya koydu. Perspektifteki değişim onu tıpkı Carole'ın öyküsündeki genç kadın ve yakın zaman içinde Michelle için olabileceği gibi anneliğin mutluluğunu deneyimlemesine olanak verecek şekilde özgürleştirdi.

• HÜZNÜN YARALARI •

Budistlerin "Öğrenci hazır olduğunda öğretmen belirir," sözüne inanırım. 2004 yılının Kasım ayında bir kitapçıda, Las Vegas'a yapacağım uzun uçuşta okumak üzere bir kitap arıyordum ve Dr. Weiss'ın yeni çıkan kitabı gözüme çarptı. Uçağım havalanır havalanmaz kitabı okumaya başladım ve beş saat sonra Vegas'a inene kadar elimden bırakmadım. Bir sebepten ötürü, bu kitap bende başkalarında olabileceğinden daha farklı bir etki bıraktı. Sanırım zamanlama önemliydi; mesajları duymaya ve bunları hayatımda uygulamaya hazırdım.

Ruhsatlı bir sosyal görevli olarak müşterilerimle terapatik bir araç olarak kullanmak üzere geçmiş yaşam regresyonu hakkında daha çok bilgi edinmek istiyordum. Beni şaşkınlığa sürükleyen olay ise Dr. Weiss'ın birkaç gün sonra Miami Kitap Fuarı'nda konuşma yapacağını ve aynı zamanda kitaplarını

imzalayacağını öğrenmem oldu. Seminerine katıldım ve kitabımı imzalatırken ona kitabının bende nasıl bir izlenim bıraktığını anlatıp daha çok şey öğrenmek istediğimi söyledim. Dr. Weiss çok nazikti ve sırada bekleyen herkesle yaptığı gibi, benimle konuşmak için zaman ayırdı ve beni bir sonraki yıl Austin, Teksas'ta yapacağı profesyonel eğitime katılmam için cesaretlendirdi. Bir hafta süren eğitime katıldım ve kısa süre sonra teknikleri uygulamaya başladım.

Geçmiş yaşam regresyonu üzerine pek çok kitap okumuş, sayısız atölye çalışması ve seminere katılmış ve pek çok uzmana gitmiş olmama rağmen, kendim canlı bir regresyon deneyimi yaşamamıştım. Hisler vardı ve bazen kokuya dayalı deneyimler yaşıyordum, ama görüntüler ve hisler hiçbir zaman tam anlamıyla gelişmemişti. İlk gerçek geçmiş yaşam tecrübem, o dönemde benim temporomandbular eklem bozukluğu (TMJ) için bir masaj terapisi olduğunu düşündüğüm şey sırasında oldu.

Kocam bir trafik kazası geçirmiş ve tedavi için bir masaj terapistine yönlendirilmişti. İlk seansından sonra, beni aradı ve doktoru TMJ tedavisinde uzmanlaştığından benim de o terapi uzmanını görmemi söyledi. Yıllardır bu rahatsızlıkla mücadele ediyordum ve zaman içinde semptomlar giderek kötüleşiyordu. Bu yüzden hemen randevu aldım.

Masajın ortalarına geldiğimizde, kendimi tamamen güvende hissettiğim ve rahatlamak dışında herhangi bir beklentimin olmadığı bir esnada, benim için hiçbir anlam teşkil etmeyen görüntüler görmeye başladım. Sonra masaj terapistinin artık çenemde çalışmadığını, ellerini başımın üzerinde dolaştırdığını fark ettim. Daha sonra onun somato duygusal arınma adı verilen bir teknik kullandığını öğrendim. "Ne görüyorsunuz?" diye sordu.

Mahcup olmuş bir halde, "Hiçbir şey," diye yanıtladım.

"Emin misiniz?"

"Evet," dedim. Şimdi bu görseller ve onun sorusu karşısında meraklanmıştım ve "Neden sordunuz?" dedim.

"Ne kadar saçma olursa olsun, gördüğünüz her şeyi anlatmanızı istiyorum," dedi. O anda olduğunu düşündüğüm şey için *saçma sapan* ifadesi daha uygundu, ama riske girdim ve vizyonlarımı onunla paylaştım. Önce görüntüler küçük parçalar halinde geldi, ama daha sonra rahatlatıcı olduğunu hissettiğim bir deneyime dönüştüler.

Bir okyanus ve açıklarda ilerleyen bir gemiyle başlamıştı. Gemide, Vikingleri andıran bir sürü adam vardı. Benden uzaklaşıyorlardı ve ben bu Vikinglerin beni ıssız bir adada bıraktıklarını fark ettim. Dönem en az bin yıl öncesiydi ve karanlık, acımasız bir duygu hâkimdi. O anda karnımı hissettim ve en az altı aylık hamile olduğumu fark ettim.

Daha sonra beni hamile bırakıp terk eden kişinin farkına vardım – bu adam bu hayattaki babamdı. Gemideki Vikinglerden biriydi ve beni bu adada bir başıma bırakmıştı. Daha genç bir kızdım. Sayısız duyguya kapıldığımı hissettim: utanç, mahcubiyet, yalnızlık, üzüntü, öfke ve saf, sonsuz bir çaresizlik. Çaresizlikten bir kılıç çıkardım ve sol yanımdan karnıma sağladım. Niyetim bebeği öldürmekti, ama aynı zamanda kendimi de öldürmek istediğimi düşünüyorum.

Bir sonraki anımda bu adada tek başıma bebeği doğuruyordum. Bebek ölüydü.

Bu deneyimden bu kızın ömrünün sonunu bilmeden ayrıldım, ama bunun gerçek bir geçmiş yaşam anısı olduğu açıktı. Yaptığım ilk şey, kılıcın karnıma saplandığı yere dokunmak oldu. Bu bölge, altı ay kadar önce yedi buçuk santimetre genişliğinde ve iki santim uzunluğunda bir kızarıklığın belirdiği ve geride beyaz bir yara bıraktığı yerdi. Pek çok doktora görünmüştüm ve kimse bunun ne olduğunu ya da nasıl ortaya

çıktığını bulamamıştı. Hiçbir tedaviye yanıt vermemişti. Son doktor, bir ay içinde kaybolmadığı takdirde biyopsi yapmak zorunda kalacağını söylemişti.

Eve gelip bu deneyimi kocama anlattığımda, ona geçmiş yaşamda kılıcım bedenime girdiği yeri göstermek için bluzumu kaldırdım. Ama o iz ciddi ölçüde yok olmuştu. Ertesi sabah uyandığımdaysa tamamen gitmişti. Bir daha da çıkmadı.

Belki daha önemlisi, bunun kocamla birlikte bir aile kurmaya karar verdiğimiz dönüm noktası olmasıydı. Uzun yıllardır evliydik ve bu olasılığı uzun zamandır konuşuyorduk, ama ben hiçbir zaman hamile kalmaya hazır hissetmemiştim. Bebekte bir sorun olacağından, beni sevmeyeceğinden ve her ne kadar kocam buna inanmam için hiçbir sebep vermemiş olsa da bebeği doğurduktan sonra kocamın beni terk edeceğinden korkuyordum. Ama şimdi endişelerimin nereden geldiğini anlıyordum: Bunları bin yıl önce yaşamıştım. Artık o yaşamın yaralarını taşımam gerekmediğini anladım; hatta kaynaklarını ortaya çıkardığımda hepsi bir anda kayboldu. Şimdi çok güzel bir kızın mutlu ve gururlu ebeveynleriyiz.

~ Jennifer Williams

Bu hikâyelerin her biri yalnızca geçmiş yaşam temalarını yansıtmakla kalmaz, aynı zamanda insan zihninin gücünü ve sınırlarını ne kadar hafife aldığımızı da gösterir. Jennifer'ın hikâyesi bu bilinç açıcı unsurların pek çoğunu içermektedir: örneğin, bir geçmiş yaşam yarasının olduğunu yerde bir yaranın belirmesi ve kaybolması. Daha önce de söylediğim gibi, araştırmacılar, geçmiş yaşamlarda travmaların yaşandığı yerlerde önemli doğum izleriyle doğan çocuklarda benzer bir fenomene dair bolca belgeye ulaşmıştır.

Binlerce yıldır taşıdığımız korku ve semptomları taşımaya devam etmek zorunda değiliz. Bunların kökenini keşfetmek ve anlamak, bizi bu eski yüklerden arındırır. Bizi sonsuza dek yaralamaları gerekmez.

Karma bir ceza değil, büyümek için bir fırsattır. Jennifer'ın geçmiş yaşamındaki Vikingler onu o ıssız adada ölüme terk etmenin bedelini ödemek zorundadırlar. En derin seviyede, öldürmenin yanlış olduğunu ve hayatın sonlandırmak değil, değerlenmek için var olduğunu anlayacaklardır. Kendi tecrübeleriyle bu temel dersi öğrenecekleri hayatlar yaşayacaklardır. Ve bu tecrübeler zor ve ıstıraplı olsa da, intikam değildirler; bunlar yalnızca şiddet yanlısı olmama dersini öğrenmek için birer fırsattır.

Karmik bağlantılar, ilişkilerin yeniden kurulması, genişlemesi ve gerçekleşmesiyle yaşamlar boyunca devam eder. Sevdiklerimiz zaman içinde bizimle birlikte seyahat ederler. Derslerimizi birlikte öğreniriz. Bazen bize bir şeyler öğretirler; bazen biz onlara öğretiriz. Yeryüzü bir okuldur ve bizler hem öğrenci hem de öğretmenizdir. Geçmiş yaşamlarımızı birlikte öğrendiğimizde, ortak yolculuğumuza dair derin bir takdir ortaya çıkar. İlişkinin kalitesi derinleşir. Sonsuz bir sabra erişilir, çünkü bu bağlantının çok yüzlü ve ebedi doğasını görebiliriz.

Anlayış, başka insanların kalplerine ve zihinlerine girebilmemize olanak verir. Bu, gerçek empatidir. Korkularının, umutlarının ve davranışlarının kökenini biliriz. Bunu gördüğümüzde, onların eylemlerini kişisel almamaya başlarız. Sabırlı ve kabullenici olabiliriz.

"Anlayış sevginin temelidir," der Zen rahibi Thich Nhat Hanh. Christy ve oğlu Austin'in sıradaki hikâyesi bu dersi tam anlamıyla göstermektedir.

• MEYDAN OKUMAK •

Bu hayatta bir insanın payına düşenden fazla yükle sınandım. Bunun benim için, istekli ve minnettar bir şekilde kabul etmeye çalıştığım sıra dışı bir öğrenme deneyimi olduğunu düşünüyorum. Tıp literatüründe daha önce rastlanmamış bir rahatsızlığı olan dört yaşında bir oğlum var. Rahimdeki belirli gelişim evrelerinde hücreler arasında bağlantı kopukluğu sorunumuz vardı. Benzer semptomları olan çocuklar yaşamazlar. Bu da, becerileri konusunda literatürden alabileceğimiz herhangi bir referans olmadığından, oğlumun bu sendroma "öncülük" ettiği anlamına geliyor.

Oğlumun en büyük mücadelesi, işitme kaybının yanı sıra, hareket ve motor becerilerindeki güçlüğüdür. Doğumda başını bir yandan diğer yana çeviremiyordu. Uygun yaşa geldiği anda gözlük takması gerekti. İşitme, konuşma ve beslenme güçlükleri oldu. Dokuz haftalıkken bronşite bağlı olarak beslenme sırasında nefesi ve büyük olasılıkla solunumu durdu. Neyse ki ben bir anestezi hemşiresiyim ve solunumu desteklemek benim işimdir. (Bunun da bu şekilde planlandığına eminim.) Austin bu dünyadaki altıncı gününden beri terapiye gidiyor. Haftada dört ila yedi kez terapiye gittik ve ben işaret dilini öğrendim ve tüm aileme öğrettim. Austin şimdi küçük adımlarla koşabiliyor, işaret dilini kullanıyor ve işitilebilen yaklaşık elli kadar sözcük konuşuyor. Gidecek uzun bir yolumuz var, ama onunla birlikte doğru yönde ilerliyoruz. O benim hayattaki en büyük öğretmenlerimden biri ve aynı zamanda bana en büyük kalp ağrılarımı veren kişi.

Tampa seminerimizde birinci regresyon sırasında inanılmaz bir tecrübe yaşadım. At arabalarının ve eski elbiselerin olduğu

bir zamana gittim. Kıyafetler yırtık pırtıktı ve çuval bezinden yapılma gibi görünüyorlardı. Bir tepenin üzerinde yürüyordum; diğer pek çok insan da yürüyordu, ama birlikte değildik. Nereye gittiğimizi bilmiyor gibiydik ve herhangi bir topluluk hissi yoktu. Kaçmış birini arıyordum. Tepenin üzerine geldiğimde, atı olmayan bir araba gördüm. Araba hafifçe ilerledi ve dev bir kayaya çarpıp durdu. İnsanlar ona doğru koşmaya başladılar –kimseyi tanımıyordum– ama orada canı yanan kişinin küçük oğlum olduğunu bildiğimden kalbim duracak gibi oldu. Çocuk arabanın altındaydı; kimse arabayı üzerinden çekemiyordu. Ben yalnızca bacaklarını görüyordum. O ağladıkça, insanlar arabayı kaldırmak için daha büyük çaba gösterdiler, ama araba yokuş aşağı kayıyordu ve insanların onu yokuş yukarı itmeleri gerekiyordu. Sonunda başardılar ve oğlumu kısa süreliğine kucağıma aldım, ama tanımadığım adamlar onu kucağımdan aldı. Yardım etmeye çalışıyorlardı, ama ben kendimi çok çaresiz hissettim ve adamlar beni dinlemiyordu.

Zaman ilerledi ve şimdi oğlumu götürdükleri farklı bir binadaydık. Burası çamur ya da kerpiçten yapılma kahverengi-turuncu tonlarında bir binaydı; bir hastaneydi. Girişte durdum ama içeri giremedim. Çocuğum orada öldü. Beni istediğini biliyorum ve ben de onunla olmak istedim; neden içeri girmediğimi bilmiyorum. Oğlum yanında ağlayan yabancılarla öldü ve ben ona ulaşamamış olmanın acısını bir türlü aşamadım.

Elimde değil, ama bu hayatta bana ikinci bir şans verildiğini biliyorum. O geçmiş yaşamda çocuğuma sahip çıkma konusunda iyi bir iş çıkarmadım. Yeterince yüksek sesle haykırmadım; onu savunmadım. Oğlumla olmam gerekirken ve onun bana ihtiyacı olduğunu bilirken, ben bana söyleneni yaptım ve sorgusuz sualsiz kabullendim. Başka kimsemiz yoktu. Bu hayatta bir hemşire oldum. Austin hayatının ilk iki yılında

iki yüzü aşkın tıbbi ve terapik randevuya gitti ve bir kez bile bensiz kalmadı. Şimdi neden insanların ona dokunmasından bu kadar korktuğumu ve ben yanında olmadıkça neden herhangi bir prosedür veya terapiye izin vermediğimi anlıyorum. Regresyonda bacağındaki yaralara ve yaralar sonucunda kan kaybına bağlı olarak dört yaşında öldü; bu hayatta bağımsız bir şekilde yürümeye başladığında aynı yaşlardaydı.

Engelli çocuklar için, her türlü terapiyi görebilecekleri ve işaret-dili ihtiyaçlarının karşılanacağı, "Umut Et, Başar, Öğren, Aş" Akademisi (HALO) adında kâr amacı gütmeyen bir okul açtım. Atölye çalışmanız sırasında yanımda oturan kadın okulda kendi tesisimizi kurmamız için bir bağış çeki göndereceğini söyledi. Başından sonuna kadar tüm hikâye birbirine bağlıdır ve benim hayatımı değiştiren çok güzel bir deneyim, muazzam bir nimet olmuştur. Eriştiğim anlayış derinliği inanılmazdır.

~ Christy Raile

"Christy, bu müthiş dünya okulunda mezuniyet seviyesine bir öğrencidir. Austin'e ve pek çok insana sevgi yaymakta ve pek çok şey vermektedir. At arabaları ve eski elbiselerle dolu geçmiş yaşamı onun bu hayattaki mücadelelere hazırlanmasına yardımcı oldu. O dersini iyi öğrendi.

Ve bu sırada, bu atölye çalışmalarında yanınıza oturan insanların yanınızda olması tesadüf değildir. Kutsal rehberlik, kusursuz bir süreç her zaman işler. Rastlantısal olaylar, biz onların zamandaki anlamlarını ya da amaçlarını gerçek anlamda anlamasak da aslında rastlantısal değildirler. Biz bu olaylara kader, eşzamanlılık, nimet, kaynak alanı, evrensel niyet ya da başka herhangi bir isim versek de bunlar tesadüf

değildir. Her şeyin bir sebebi vardır ve zaman ve derin düşünceyle bu anlam er ya da geç ortaya çıkar.

Bazen ilerlemiş bir ruh, bize önemli dersler öğretmek adına fiziksel bir bedende enkarne olmaya gönüllü olur. Austin bunu yaptı. Onun ciddi gelişimsel bozukluklarla dolu doğumu Christy'nin sevgi ve merhamet konularında ustalaşması için bir fırsat sağladı. Christy'nin sevgisi koşulsuzdur. Karşılığında hiçbir şey beklemez. Onun merhameti evrenseldir. HALO Akademi yalnızca kendi çocuğuna değil, diğer pek çok çocuğa yürekten yardım sağlar.

Defalarca neden gelişmiş ruhların ıstıraplı ve sakat bırakıcı bir rahatsızlıkla bir bedene gelmeyi seçtikleri sorusuyla karşılaştım. Bu soru genelde otizm, şizofreni ya da başka bir zihinsel rahatsızlığı, beyin felci ya da başka bir kas rahatsızlığı ya da sayısız hastalığı olan birinin bir yakını tarafından sorulur, çünkü bu aile bireyleri kişisel olarak hayatın bu bireyler için ne kadar zor olabildiğine tanık olurlar. Genelde insanlar bu tip rahatsızlıkları karmik cezalar olarak nitelendirirler. Ama daha önce de söylediğim gibi, karma bir ceza değildir; yalnızca öğrenme ve büyüme için bir araçtır. Pek çok ruh, özellikle Austin'inki gibi ileri seviyede olanlar, tecrübenin nasıl bir his olduğunu öğrenmek için engelli bir evrede enkarne olmayı seçerler. Hastalarla ilgilendikleri pek çok hayat yaşamış olabilirler, ama şimdi sevgi almanın nasıl bir şey olduğunu öğrenmek için gelirler. Sevgi dengelenmelidir. Otizmi olan bir insanın ilgi ve sevgi görmesi gerekecektir ve bu, diğer insanlara ilgi, yardım ve merhamet gösterme fırsatı verir. Bu yüzden, hastalık bir cezanın ya da karmanın neticesi değil, daha çok diğer ruhların spiritüel yollarında ilerlemelerine yardımcı olmak için muazzam bir sevgi ve cömert bir arzunun neticesidir.

Bilge ve sevgi dolu varlıklar her zaman aramızdadırlar.

Onları ilk başta tanımayabiliriz. Onları öğretmenler olarak görmeyebiliriz. Zihnimiz araya girer.

"Bu küçük bebek *bana* nasıl bir şey öğretebilir?"

Kalplerimiz her şeyin farkındadır.

Tıpkı Christy ve Austin'de olduğu gibi, bir çocuğun doğumu genelde bu hayat okulunda zengin bir eğitim sağlar, ama bir çocuğu kaybetmek de yıkıcı ve güçlü bir öğretmen olabilir. Sıradaki hikâye bu fikri anlatmaktadır.

• BAŞARI ARAYIŞI •

Bir müşterim, Anne Silvernail Sweat bu regresyonu 2008 yılında yaşadı. Hâlâ çalışmanın sonuçlarının keyfini çıkarıyor. Ondan hikâyesini anlatmasını istedim. İşte hikâyesi:

Sürekli tam bir şeyler olmaya başlarken istifa ederek, ardı ardına bir pozisyonu ya da ilişkiyi bırakarak, kendi başarımı sabote ettiğimi hissederek geçen onca yılın ardından, bu sorunun önceki bir yaşam tecrübesinden gelip gelmediğini görmek için geçmiş yaşam regresyonu denemeye karar verdim.

Daha önce geçmiş yaşam regresyonlarıyla herhangi bir tecrübem olmadığından ve reenkarnasyon ile ölümden sonra yaşam konularındaki duruşumdan emin olmadığımdan, grup seansına coşku ve merakla, ama neredeyse beklentisiz bir şekilde girdim. Bu yolculuktaki niyetimi yazıya dökmem istendiğinde, neden her zaman belirli bir başarı seviyesinden sonra pes ettiğimi anlama kararlılığımı tekrarladım.

Rahatlamış ve huzurlu bir şekilde, on yedinci yüzyılda İngiltere'de, Sarah adında, kırsal kesimde yaşayan dul bir

toprak sahibi olduğum bir yaşama döndüm. Üç çocuğum, bir oğlum ve daha küçük, tek yumurta ikizleri olan kızlarım vardı. O hayatta çocuklarım arasında bana en yakın olanın, babalarının ölümünden sonra bana miras kalan bir parça araziyi korumama yardımcı olarak önemli bir rol oynayan oğlum olduğu açıkça görülüyordu. Yaşamak için tüm ilgim ve tek amacım, toprağımızı ve ailemizi bir arada tutarak bir aile olarak bağımsızlığımızı korumaktı. Bu, zor, zahmetli bir deneyimdi, ama yıllar boyunca başarılı olmuştum ve o dönemde dul bir kadın için oldukça ender görülen bu başarıdan gurur duyuyordum. Tam yoksulluk ve ayrılık korkularımızı tamamen arkamızda bıraktığımızı düşünmeye başladığım sırada oğlum bir savaşta öldü. On sekiz yaşındaydı. Kendimi orada kendi arazimde, oğlumun cenazesinde, bu kayıp karşısında yıkılmış bir halde görebiliyordum. Bedeni bana geri gönderildiğinden, oğlumun yabancı topraklarda ölmediğini biliyordum. Ayrıca orduya gönüllü olarak katılmadığını, bir şekilde zorlandığını ya da mecbur bırakıldığını hissediyordum.

Bu, korkunç bir başarısızlıktı. Bunca sene çocuklarımı güvende ve yanımda tutmak ve onlara özgür ve rahat bir hayat sağlamak adına arazimize sahip çıkmak için çok çaba göstermiştim. Oğlumu savaştan koruyamamış ve yalnızca en değerli çocuğumu değil, aynı zamanda kırsal uğraşlarımızda güvendiğim tek desteğimi de kaybetmiştim. Tuhaf bir şekilde, bu ölen oğlumu bir Amerikan İç Savaşı üniformasıyla görüp duruyordum. Bu, bana hiç mantıklı gelmiyordu.

O hayatta zaman ilerledikçe, tüm olasılıksızlıklara rağmen, arazimizde çalışmaya ve o mülkü biri evlenip yuva kurmuş iki kızıma saklamayı başardığımı gördüm. Her iki kızım da ben öldükten sonra orada yaşamayı sürdürmüştü. Ama ben bir daha eskisi gibi olmadım ve yaptığım tüm fedakârlıkların,

katlandığım tüm sıkıntıların boşa gittiğini, çünkü sonuçta oğlumu korumayı başaramadığımı hissederek öldüm.

Bu seans sona erdikten sonra yüzlerce yıl önce yaşanmış bir ölüm için üzüldüm ve yas tuttum. Yanıtlar arayarak ertesi gün internette biraz araştırma yaptım. Mevcut bilgime göre o dönemde İngiliz topraklarında hiçbir savaş olmamıştı ve Amerikalıların askerliği zorunlu tuttuklarını bilmeme rağmen, o dönemde İngiltere'de böyle bir zorunluluk olup olmadığını bilmiyordum. 1600'lerin ortalarından sonlarına kadar üç farklı İngiliz iç savaşı yaşandığını görünce şaşırdım. Bu, bildiğim tek iç savaş olan Amerikan İç Savaşı üniforması gitmiş çocuk vizyonunu daha mantıklı kılıyordu; bu, zihnimin bana onun ölümüyle ilgili olarak verebileceği en net ipucuydu. Her iki cephede de savaşa katılmış pek çok asker, lordlar, soylular ve askerler tarafından göreve çağırılmış ya da mecbur edilmişti. Görünüşe bakılırsa kırsal İngiliz nüfusunun büyük bölümü savaşta tarafsız kalmış, ne parlamentoyu ne de kralı desteklemişti. İki tarafın da rejimlerini sürdürebilmelerinin tek yol, güçlü ve sağlıklı genç erkekleri yanlarına çekmekti. Ânında, o hayattaki oğlumun İngiliz iç savaşlarında öldüğünü ve iradesi dışında askere alındığını fark ettim. Her ne kadar bizler "özgür mülk sahipleri" olsak da toplumda zengin ya da seçkin aileler değildik; bu yüzden oğlum tam da ordunun aradığı, göz ardı edilmeyecek, ailesi onun askere alınmasına karşı çıkmayacak bir gençti. Tarihi tahminler, bu iç savaşlarda yaklaşık 185,000 askerin –o dönemde İngiltere'deki erkek nüfusunun üçte biri– öldüğünü göstermektedir.

Sonunda, o yaşamdaki trajedinin yeni enkarnasyonlarda peşimi bırakmadığımı, beni ne kadar çok çalışırsam çalışayım ya da ne kadar başarılı olursam olayım başarısızlığın kaçınılmaz olduğu, çünkü her zaman insanın kontrol edemediği

değişkenler olduğu ve insanın sonuçları öngöremeyeceği hissiyle bıraktığını fark ettim. Sarah'nın yaşadığı yıkım beni hiç bırakmadı. Kritik dönüm noktalarında pes etme içgüdümün kaynağının bu olduğunu bilerek Sarah ve ailesini geride bırakmayı hayal etmeye ve bu hayatta kişisel başarım için meditasyon yapmaya başladım. Dahası, bu hayattaki büyük kızımın geçmiş hayatımda ikizlerden evlenip yuva kuran kızım olduğunu, onun o hayattaki oğlunun (torunumun) bu hayattaki oğlum olduğunu fark ettim. O zaman oğlumun ve kızımın bu yaşamdaki ilgi ve onay ihtiyacının, Sarah'nın yaşamında benimle yaşadıkları deneyimden kaynaklandığını anladım. Yasıyla boğuşan ve hüsrana uğrayan Sarah, kızlarıyla ya da torunlarıyla, ölen oğluyla olduğu gibi bir bağ kurmayı başaramamıştı.

Bugün hayallerimi gerçekleştirmek, İrlanda'ya seyahat etmek, ilk romanımı yazmak ve çocuklarımın üçüyle de yakın, sevgi dolu bir ilişki kurmak üzerine çalışıyorum. Sarah'nın yoğun çalışma ahlakı için minnettarım, ama rahatlama ve başarılarımdan keyif alma fırsatı için daha büyük minnet duyuyorum. Bu, onun hiç yaşamadığı bir şeydi. Geçmişin peşimi bırakmadığını bilmek, beni onun ötesine geçmek için yoğun bir çaba sarf etmeye, başarı korkuma bir yüz ve isim vermeye ve Sarah'nın yasını İngiltere'de oğluyla birlikte gömülü bırakmaya teşvik etti.

~ Melanie Harrell

Melanie'nin müşterisi Anna, eski İngiliz hayatındaki yasından sıyrılmayı, dolayısıyla o engelleri kaldırıp kendini yazmak, başarılı olmak ve ilişkilerini iyileştirmek için özgürleştirmeyi başardı. Aynı zamanda geçmiş yaşamdan reenkarne olmuş pek

çok ruhu tanıdı ve onların mevcut korku ve ihtiyaçlarına dair derin bir anlayış geliştirdi. Zamanda, genelde farklı ilişkilerde reenkarne olarak aynı ruhların pek çoğuyla seyahat ederiz; örneğin Anna'nın durumunda, torunu bir oğlu olarak geri dönmüştü. Hayal meyal hatırlanan kalıplar genelde mevcut yaşamda ön plana çıkar ve tekrarlanır. Tanıma ve anlayışla, olumsuz ilişki kalıpları onarılıp geliştirilebilir.

Anna, neden başarılı olma hissiyle sorun yaşadığını keşfetmek için bir terapistten, Melanie'den yardım isteyecek kadar akıllı davrandı. Yıllar içinde ve özellikle psikiyatri mesleğimde, baştan sonra başarısızlık olduğunu hisseden pek çok insanı gözlemledim. Onları "başarılı" kılacağını hissettikleri bir hedefe ulaşmamışlardı. Bu hedef belki finansal, belki aileden bir nebze onay, bir çocuk hayali ya da erişmedikleri başka bir şeydi. Ayrıca çoğu her şeye sahip olduğunu düşünen, ama her şeye rağmen tatminsiz, mutsuz ve kırgın hisseden pek çok şirket ve kuruluş patronuyla, aktör ve aktrisle, sporcuyla ve benzer türden insanla çalıştım.

Bize ailelerimiz, toplumlar ve kültürler tarafından dayatılan öznel başarı ölçütleri ciddi anlamda mutsuzluğa yol açar. Bizler ruhuz, robot değil! Sevgiyi, merhameti, şefkati ve barışı öğrenmek için buradayız. Başarı bu niteliklerle ölçülmelidir. Giderek daha anlayışlı ve empati yetisi güçlü bir insan oluyor muyuz? Eğer öyleyse başarılıyız. Ruh bu tip öğrenmeye tutunur, çünkü bunlar spiritüel hakikatlerdir.

Profesyonel anlamda başarıya ulaşmış ama hâlâ mutsuz hisseden müşterilerimle, daha iyi, daha şefkatli bir insan olmanın temel değerlerine odaklanmak üzere çalıştık. O noktada, duyguları gelişmeye başladı. Sonuçta burada, dünyada olmamızın sebebi, hepimizin burada olma sebebi budur. Hayattaki amacımız kitapları çok satan bir yazar olmak ya da finansal

anlamda bereketli bir kariyere sahip olmak ya da bir yıldız olmak değildir. Daha sevgi dolu, merhametli bir insan olmaktır. Başarılar spiritüel yolda ilerlemek ve daha çok insana ulaşmak için kullanılabilir, ama onlar sadece olası bir araçtır ve netice değildirler. Gerçek hedef başkalarına yardım etmektir ve eğer siz bunu hedefiniz yapabilirseniz, en nihayetinde o kitapları çok satan yazar ya da mülti-milyoner olursunuz – ya da olmazsınız. Önemli değildir. Yüreğinizi açtığınızda, tüm bu diğer şeyler kendiliğinden olacaktır.

Para kötü bir şey değildir. Yalnızca bir şeydir, tıpkı diğer her şey gibi. Olağanüstü, yardım odaklı şeylerde kullanılabilir. Ama biz ilişkiler aracılığıyla öğreniriz, şeylerle değil. Bedenlerimiz öldükten sonra, sahip olduklarımızı diğer tarafa götürmüyoruz; orası herhangi bir fiziksel evre değil, yüksek enerji ve bilinç yeridir. Dolayısıyla evlerimizi, arabalarımızı, banka hesaplarımızı, pırlantalarımızı, unvanlarımızı, ödüllerimizi, statülerimizi ya da benzer herhangi bir başarı göstergesini götüremeyiz. Bunlar tamamen geçici şeylerdir. Sonsuza dek var olan, ilerlediğimizde yanımızda götürdüğümüz şey iyi bir kalptir. Ve bu bir kez kazanıldı mı, asla kaybedilmez.

Bir sonraki hikâyede Brooke bu yaşamına ne taşıdığını anlatıyor: iki bin yıllık bir yalnızlık korkusu.

• RAHATLA VE BIRAK •

2011 yılında *I Can Do It at Sea!* atölye çalışmalarınızdaydım. Engin iyileşmem grup çalışması esnasında geldi.

Kırklı yaşlarımın başlarında son derece başarılı bir doktor olmama rağmen, hayatım boyunca evlenme fikrini bir saplantıya dönüştürdüm. Bu pek çok insanın sahip olduğu normal

"bir gün ben de" duygusu değildi. Evlenmediğim takdirde öleceğimişim gibi hissederdim. Tahmin edebileceğiniz gibi, bu yoğunluk uzun süreli erkek arkadaşlarımı itti ve bazen yeni tanıştığım erkekleri kaçırdı.

Grup regresyonunda kendimi bugün Afganistan ya da Pakistan olan yerde, MÖ 1. yüzyılda, mavi bir battaniyeye sarılı bir halde buldum. Siz bize ayaklarımızı hissetmemizi söylediğinizde, aniden ayaklarımı hissedemediğimi fark ettim. Onlar kemikti ve belden aşağım felç olmuştu. Kendi kabilemden dışlanmıştım ve sokaklarda dileniyordum. Canım yanıyordu. Soğukta, tamamen yalnız bir halde öldüm.

Bedenimden süzüldüğümde, bahçede bana eşlik eden İsa figürüne haykırmaya başladım. "Bu adil değil! Kimse böyle yaşamamalı!" dedim. O bana rahatlamamı söyledi ve o hayata dair mesajlar verdi. Bana aynı zamanda bir daha yalnız ölmeyeceğimi ve o korkudan iyileşmemi, çünkü onun geçmişte kaldığını söyledi.

Hipnozdan çıktım ve bir daha asla aynı hissetmedim. Kaygı ve korkular gitmişti. Şimdi erkeklerle görüşüyorum ve ne olursa olsun rahatım. Bu yolculukta bana eşlik eden en yakın arkadaşım bana, eskiden mutsuz olduğum zamanlarda, "Bir erkek bulamadığım takdirde bir yol kenarında öleceğim," dediğimi hatırlattı. Farkında olmadan geçmiş yaşamıma gönderme yapmam ne kadar komik. Bu hayatta yalnız ölmemin imkânı yok; tüm ailem yanımda. Ama her zaman o yası içimde taşıyordum.

Kendimi daha iyi hissetmemiştim. Tıpkı geçmiş bir yaşamdan gelen su fobisi ya da boyunlarına bir şey değme fobisi olan bir insan gibi, gerçekten iyileştiğime inanıyorum.

~ Brooke

Hepimiz bir travma sonrası stres bozukluğuyla (TSSB) doğmuş gibiyiz, ama stres geçmiş bir yaşamdan gelir. Geleneksel TSSB'den mustarip bir insan, bir şey ıstıraplı ya da rahatsız edici bir anıyı tetiklediğinde anksiyete yaşar. Travma artık mevcut olmasa da o kişi travmayı bir kez daha deneyimler. Örneğin, erken ateşleyen bir otomobilin sesi, savaştan eve henüz dönmüş bir askerin aklına ânında yaylım ateşi görüntüleri getirebilir. Şimdi güvende ve hendeklerden yüzlerce kilometre uzakta olmasına rağmen, zihninde ânında savaş meydanına döner, hayatta kalmak için mücadele eder. Hepimiz geçmiş yaşamlardan kendi fobilerimizi, travmalarımızı, korkularımızı ve yüklerimizi –hatta sevgilerimizi, ilgi alanlarımızı ve ilişkilerimizi– taşımıyor muyuz? Bu tetikleyicileri bir ruh seviyesinde ve bilinçaltında hatırlıyoruz ve her ne kadar onlar mevcut yaşamlarımızda bulunmasalar da sanki öylelermiş gibi tepki veriyoruz. Belki de travma sonrası stres bozukluğu çok gerçek ve çok yaygın bir rahatsızlıktır.

İyi haber şu ki, bu rahatsızlık tedavi edilebilir. Herhangi bir ilaç gerektirmez ve bir dozluk regresyon tedavisiyle tamamen çözümlenebilir. Bir günde, Brooke'un bin yıllık yalnız yaşama ve ölme fobisi kayboldu. Saplantısının ve korkusunun zulmünden kurtulan Brooke'un yaşamı ânında olumlu yönde gelişti.

Brooke bir İsa figürüyle karşılaştığı ve ondan bilmesi gerekenleri dinlediği için ne kadar da şanslı. Hepimiz en yüksek seviyelerde korunuruz. Evren iyi huyludur ve her zaman önemser. Gerçek doğamızı hatırladığımızda ve kalplerimizi ve zihinlerimizi bu koşulsuz sevgiyle aynı çizgide buluşturduğumuzda, yeryüzündeki cenneti bulacağız.

Brooke'un hikâyesi bana, şefkatle, merhametle ve tecrübe uzmanlığıyla hareket ettiğim takdirde herhangi bir sonuca bağlanmamam gerektiğini anımsatır. Bir, on ya da on milyon

insana yardım etmem hiçbir şeyi değiştirmez. Sonuçlar benim kontrolüm dışındadır ve sevgi dolu niyet ve eylem kadar önemli değildirler. Bu, her birimiz için, tüm eylemlerimiz için geçerlidir.

Brooke'un grubunda başka hiç kimse bir deneyim, iyileşme ya da dönüşümsel bir anlayış yaşamamış bile olsaydı, bu atölye çalışması yine olağanüstü bir başarı olurdu. Brooke iyileşmişti – bu ne kadar muazzam bir şeydir? Her birimiz değerliyiz.

Bir sonraki hikâyenin yazarı Terri, geçmiş yaşamında stres ya da endişeden muaf olduğu bir tür ters "geçmiş yaşam travmatik stres bozukluğu" yaşadı. Geçmiş hayatında hissettiği mutluluğu hatırlayıp yeniden kazanması, mevcut yaşamına daha çok mutluluk ve memnuniyet kattı.

• SADE YAŞAM •

2008'in sonlarına doğru ailemde ve kişisel yaşamımda olan bazı olaylardan ötürü çok sıkıntılı günler geçirdim. Bu aslında bana göre bir şey değildi, ama yaşadıklarımı düşünürseniz anlaşılır bir durumdu: Çocuklarımdan biriyle aramız bozuldu, bir diğeri boşandı, babam yıllarca kanserle mücadele ettikten sonra vefat etti ve ben çok hastalandım. Bir sebepten dolayı bu süreçte bekâr olma, yalnız yaşama ve bir sekreter olarak çalışmayı saplantıya dönüştürdüm.

2009 yılının Mayıs ayında, San Diego'daki *I Can Do It!* konferansına gittim ve Brian Weiss'ın sınıfına katıldım. Konferansta onun regresyon CD'lerini aldım ve birkaç hafta sonra onlardan biriyle olağanüstü bir tecrübe yaşadım.

San Diego'dan eve döndüğümde, her gün ya da iki günde bir regresyonlar yapmaya başladım, dolayısıyla sessiz bir öğleden sonra yatağıma uzanıp CD'lerden birini dinlemek benim için

sıra dışı bir şey değildi. Kendimi normalden daha üzgün ve mutsuz hissediyordum ve bir sebepten ötürü CD'yi taktım. Evde yalnızdım ve zamanım vardı, bu yüzden meditatif regresyona girdim. Öyle üzgün hissettim ki ânında ağlamaya başladım.

Kısa süre sonra ağlama sona erdi ve Brian beni deneyimin derinliklerine götürürken ben daha dikkatli dinlemeye başladım. Chicago'da harika bir geçmiş yaşam hatırladım. Hatta iki sene önce kocamla o şehre gittiğimizde, Chicago'nun her zaman gereğinden fazla büyük ve tatsız olduğunu düşünmeme rağmen orayı çok sevmiş ve kendimi çok rahat hissetmiştim.

Regresyonda, kendimi 1940'larda, yirmi ya da otuzlu yaşlarında Jenny adındaki genç bir kadın olarak gördüm. Bekâr, zayıf, güzel ve profesyoneldim. Bir başkan yardımcısının yanında yönetici sekreterliğine terfi etmiştim, daha sonra modern bir ofis binasında büyük sigorta şirketinin başkanının asistanı oldum. Evlilik veya annelikle ilgilenmesem de kendimi çok mutlu, memnun ve keyifli hissettim. Erkeklerle sık görüşmüyor, bir erkek istemiyor ya da yanımda bir erkeğe ihtiyaç duymuyordum; bir aile kurmak gibi bir arzum yoktu. Belki de öksüz büyümüştüm ve yalnız olmaya alışkındım.

En sevdiğim kıyafeti çok net hatırlıyorum. Yeşil ve bej renklerinde bir etek ceket takımım vardı. Külotlu çorap ve yüksek topuklu ayakkabılar giyiyordum. Beyaz 40'lar tarzı sutyenimi ve "yaşlı teyze" külotlarımı gördüm. Saçlarım kısaydı ve spreyliydi. Akşamları ve hafta sonları beyaz baldırlara kadar uzanan pantolonlar ve spor ayakkabılar giyiyordum. Bir arabam yoktu, ihtiyacım da yoktu. Çalıştığım ofisle aynı sokakta oturuyordum. Çok özgürdüm. Hiçbir karmaşıklık yoktu. Aile yoktu. Kız arkadaşlarımla birlikte çalışıyorduk ve çok yakındık. Onların ayrılıkları ve hamilelikleriyle yaşıyordum.

Jenny olarak hayatımı çok sevdim. Çok mutluydum; hiçbir

stres yoktu. Michigan Gölü'nün kenarında yürüyüş yapıyor, kuşları ekmek kırıntılarıyla besliyor, ardından köşedeki marketten alışveriş yapıyordum. Evim küçük ama temiz, rahat ve derli topluydu. Her terfi daha büyük bir daireye taşınmamı sağlıyordu.

Jenny'nin yaşamını – *benim* yaşamımı özlüyorum. Belki de çok genç ölmüştüm ve "özleme" ek olarak hissettiğim şey, bir eksiklik duygusuydu. Belki hayatı, Jenny olarak benim hayatım olması gerektiğini düşündüğüm şekilde sona ermemişti. Jenny olarak hayat, mevcut depresyonumu ve sorunlarımı çözmenin anahtarıydı. Bir boşanma ve tek başıma bir hayat istemiş olabilirim, çünkü Jenny'yken ruhum inanılmaz tatmin olmuştu. Regresyondan bir gün sonra, bir gün öncesine kıyasla müthiş mutlu hissettim. Bunun, evli olmayı ve bir sürü çocuk doğurmayı seçmiş olmama rağmen, neden yalnız yaşamayı bu kadar arzuladığıma dair bu bilgiyle, bu anlayışla ilgisi büyüktü.

Bu regresyonu yaşadıktan altı ay sonra Jenny olarak hayatımı deneyimlemeden önce sahip olduğum bu saplantının kendiliğinden kaybolduğunu fark ettim. Artık tek başıma yaşamayı, bekâr olmayı, bir sekreter olmayı, vs. umursamıyordum. Bu bilincimden tamamen kaybolmuştu ve sonuç olarak ben hayatıma devam edip çok daha mutlu olmayı başardım.

~ Terri

Geçmiş yaşam deneyiminin hükmü genelde semptomların kaybolmasında saklıdır. Yalnızca daha sade bir yaşamı hayal etmek üzüntüyü, depresyonu ya da saplantıyı yok etmez. Ama gerçek bir anı böyle iyileştirici bir etki bırakabilir ve bu hikâyede bıraktı da. Terri'nin üzüntüsü kayboldu ve tüm sorunlarına ve karmaşıklıklarına rağmen, mevcut hayatını

daha çok huzur ve mutlulukla devam ettirmeyi başardı.

Anlayış yalnızca bilinç seviyesinde değil, pek çok seviyede gerçekleşir. Bilinçaltı seviyede anlayış da bir o kadar güçlü olabilir. Derin zihinlerimiz geçmiş yaşam dramlarını gözlemler ve "Ah, bu saplantı, korku, eğilim, yetenek, ilişki ya da semptom buradan geliyor. Anlıyorum. Artık buna ihtiyacım yok. Onu bırakacağım," der. Ve sonra iyileşiriz.

Tecrübe, duyguların geçici doğasının dersini öğretir. Negatif duyguların neden ortaya çıktığının ve kök ve sebeplerinin neler olduğunun farkına varmak onları hızla çözüme ulaştırır. Bazen bunlar mevcut yaşamınızdaki olaylar ve koşullarla ortaya çıkar. Ancak mevcut yaşamınızda tekrar belirmek için geçmiş enkarnasyonlardan taşınmış olabilirler.

Sizi incitenleri bağışlamak ve öfkeyi salıvermek zordur, ama kendinizi çok özgür hissedeceksiniz. Yaşlanmanın ve tecrübeler biriktirmenin bir avantajı, daha önce benzer bir durumla karşılaştığınızın farkına varmanızdır. Daha önce öfkelendim ve bu duygu geçti. Öfke yükselir, bir süre kalır ve sonra gider. Bu, gelip geçen bir bulut gibidir. Tüm duygularımız benzer davranışlar gösterir. Üzüntü gelir ve gider. Korku artar ve azalır. Anksiyete yaklaşır ve uzaklaşır. Hüsranlar girer ve çıkar. Yaralar er ya da geç iyileşir. Çaresizlik farkındalığa karışır, ardından kaybolur. Her şey geçicidir.

Her şeyin geçtiği bilgisi, genelde iyileşmenin meydana gelebilmesi için yeterlidir. Ama duygular ya da semptomlar devam ederse geçmiş yaşam keşfi iyileşme sağlayabilir.

Yoğun atölye çalışmalarımdan birine katılan Tom için kesinlikle böyle oldu. Tom orta yaşlı bir adamdı. Bir enerji egzersizi sırasında, partneri karın bölgesinde bir yanma hissetti ve bunun Tom'la bağlantılı olduğunu fark etti. Egzersiz ona erdiğinde Tom partnerinin bu duygusunun doğru olduğunu

onayladı: Tom mide kanseriydi ve tedavilerden, özellikle radyasyon tedavisinden dolayı o bölgede bir yanma hissi vardı. Gruptaki hepimiz onun son derece üzgün olduğunu gördük.

Atölye çalışmasının ikinci gününde, Tom'un üzüntüsünün ve hüzünlü tepkisinin yanıtları netleşmeye başladı. Oğlunu kaybettiğini söyledi; bundan kısa bir süre sonra da eşini kaybetmişti. Tüm grup, her ikisinin de öldüğünü düşünerek nefesini tuttu. Oysa oğlu ölmüştü, ama eşi ölmemişti. Tom'a kanser teşhisi konduğunda eşi onu terk etmişti. Herkes, elbette, bu trajik olaylar dizisinde onun acısını ve üzüntüsünü hissedebiliyordu, ama hepimiz eşinin neden onu böyle zor bir zamanda terk ettiğini anlamakta güçlük çektik.

Öğrenmemiz uzun sürmedi. Grup regresyonu sırasında, Tom bizzat bu soruyu yanıtladı. Regresyon sona erdiği anda, gruba ne yaşadığını anlattı. Biz onun yüzünün daha çok parladığını görebiliyorduk; sanki omuzlarından bir yük kalkmış gibiydi. Hatta ilk kez orada gülümsedi.

Tom, Amerikan İç Savaşı'nın yaşandığı dönemdeki geçmiş yaşamına gitmiş ve mevcut hayatta ayrıldığı karısı olan bir kadınla nişanlı olduğunu görmüştü. Savaş çıkmıştı ve evlenememişlerdi. Savaşın sonlarına doğru evine geri dönüş ve sevdiğiyle bir araya gelmişti ki bir grup düşman askeri onlara saldırmıştı. Tom'u karnından, mevcut hayatta kanserin olduğu ve radyasyon tedavilerinin yanma hissine sebep olduğu yerden vurmuşlardı. Tom bedeninin üzerinde süzülmüş ve nişanlısının hiç durmadan ağladığını görmüştü. Tom, nişanlısının kucağında ölmüştü.

Tom, mevcut yaşamında, eşinin onu bir başkası için, o kusurlu olduğu için ya da herhangi başka bir sebepten ötürü bırakmadığını anladı. O yalnızca kocasının ikinci kez ölümünü izlemeye dayanamayacaktı ve belki de henüz Tom'un farkında olmadığı başka yaşamlarda daha çok kayıp vardı. O anda,

Tom üzüntü ve korkusunu, öfke ve üzüntüsünü salıvermeyi başardı. Ve bu anlayışla muazzam bir iyileşme gerçekleşti.

Haftanın geri kalanı boyunca, Tom farklı bir insan olmuştu. Ruh hali çok daha iyiydi. Başka insanlara yardım ediyordu. Eşinin gidişinin kişisel olmadığını anladı; o, içine ne yaşıyor olursa olsun, onu tekrar kaybetmeye dayanamayacaktı.

Ve aynı zamanda Tom ölümsüz olduğunu keşfetti. İç Savaşı yaşamış bir asker olarak ölmüştü ve şimdi tekrar burada, aynı kadınla, aynı ruhla tekrar buluşmuştu. Bu seviyede, ebedi bir varlık olduğunu anladı ve bu sebeple genç ölen oğlu da gerçek anlamda ölmemişti.

Tom'un deneyimi tüm grup için son derece etkileyiciydi. Hepimiz onun hissettiği acıyı ve üzüntüyü anlıyorduk ve ruh halindeki ani değişim hepimizi şaşırttı. Bağışlamayı başardı. Kendini çekip aldı; hayatına devam edebildi. Tom bir kez daha umutluydu. Bu kriz noktasını geçtiğini ve her şeyin yolunda olacağını görmek bizi çok rahatlatmıştı.

Bizler ruhuz ve birbirimize bağlıyız. Birimize olan şey hepimizi etkiler. Bir ruh tekrar umut kazandığında, daha derin bir seviyede diğer tüm ruhlar da daha umutlu hissederler.

Tom'un öfkesini bırakabilme becerisi, ama yakın zamanda güçlü bir akıntıyı geçmeye hazırlanan iki rahiple ilgili okuduğum bir hikâyeyi anımsattı. Yakınlarda bir kadın da nehirden karşıya geçmek ister, ama suyun gücünden dolayı çekinir. Rahiplerden biri bu kadını omuzlarına alır ve diğer rahiple birlikte karşıya güvenli bir şekilde ulaşırlar. Adam kadını yere indirir, herkes kendi yoluna gider.

Bir süre sonra genç rahip diğerine şöyle der: "O kadını nehrin üzerinde taşıdığına inanamıyorum. Onu omuzlarına koydun. Bu bizim değerlerimize aykırıdır; yeminlerimize

aykırıdır. Kadınlara dokunmamız yasak. Böyle bir şeyi nasıl yapabildin?"

Yaşlı, bilge rahip yanıtlar: "Ben nehri geçer geçmez kadını bıraktım. Sen hâlâ taşıyorsun."

Bu hikâyeyi düşündüğümde, bunu her gün yaptığımızı fark ediyorum. İş ve sorunlarımızı bitirdiğimizde, onları yere indirip kendi yollarına gitmeleri için salıvermiyoruz. Onları gerektiğinden çok daha uzun süre yanımızda taşıyor, omuzlarımıza ağırlık ve yorgunluk, zihinlerimize stres katan bir yük yaratıyoruz.

Çare, mevcut zamanda daha farkındalıklı bir şekilde yaşamaktır. Elbette bunu yapmak zordur ve pratik gerektirir, ama buna değer. Geçmişten dersler almak ve onları hatırlamak önemlidir, ama sonra geçmişi salıvermeliyiz. Onu nehrin ötesine taşımaya ihtiyaç yoktur.

.4.

Duygusal Acıdan Özgürlük

Korkular, fobiler, anksiyeteler ve diğer duygusal evreler, fiziksel rahatsızlar kadar güçsüz bırakır. Tıpkı fiziksel semptomlar gibi, psikolojik sıkıntının kökleri geçmiş yaşam olaylarına dayanabilir. Bunlar bir kez ortaya çıkarıldığında, iyileşme hızlı ve nispeten bütün bir şekilde gerçekleşebilir. Özgürlük ve neşe yeniden kazanılabilir.

Tüm dertlerimiz geçmiş yaşam travmalarına bağlı değildir. Mevcut yaşam olayları da bazen sanık ya da bileşik geçmiş yaşam tohumları olabilir. Ve günümüzün rekabetçi ve aşırı materyalist dünyasının stresleri, duygusal illetlerimize kendi ağırlıklarını katabilir. Pek çok üzüntü ve anksiyeteyle karşı karşıya kalırız çünkü günlük olaylara kolaylıkla kapılır ve etki altında kalırız. Her an işle, ilişkilerle ve diğer insanlarla olan etkileşimlerle mücadele etmek zorundayızdır. Günlük ihtiyaçlarımızla baş etmeliyiz. Ve spiritüel varlıklar olduğumuzu unuturuz, bu da duygusal çalkantılara sebep olur. Spiritüel varlıklar spiritüel varlıklar gibi düşünmeli ve davranmalıdırlar; bu, bizim doğamız ve nihai kaderimizdir. Ama günlük yaşamın koşulları bizi yoldan çıkardığında ve biz gerçek doğamızı unuttuğumuzda, hüzün, endişe ve korku girer. İşte o

zaman içsel huzur, neşe ve mutluluk çıkar.

Tek yapmamız gereken, hatırlamaktır: kim olduğumuzu ve ne olduğumuzu, nelerden geçtiğimizi, nereden geldiğimizi, neden burada olduğumuzu hatırlamak. Bunu yaptığımızda, duygusal iyileşme doğal bir şekilde gelecektir, tıpkı bu bölümdeki hikâyelerin yazarlarının yaşamlarında olduğu gibi.

Duygusal semptomlar çözümlendikçe, hastanın ailesi ve arkadaşları da fayda sağlar. Stres ve sorumlulukları azalır. Bu iyileşmenin ötesinde bile, akrabalar ve diğer yakınlar regresyonun duygu ve gerçeklerini dolaylı yoldan tecrübe edebilirler. Onlar hastaların hikâyelerini dinledikçe, anıların duygusunu ve yakınlığını hissederler; sevdikleri insanın yaşamındaki gelişmelere tepki verirler. Genelde şaşkın ve mutlu bakışları arasında, kendi semptom ve hastalıklarının kaybolduğunu fark ederler. Sıradaki inanılmaz öyküde Mira'nın sevgilisinin yaşadığı da budur.

• SEVGİ DERSİ •

Bir başkasının geçmiş yaşamlarını deneyimlemenin güçlü süreciyle tanışma hikâyem, yedinci sınıftan sonra yaz tatilim esnasında başladı. Komünist Bulgaristan'da yetişmiştim ve herhangi bir mistisizm ya da din benim yetişme tarzımın bir parçası değildi. Ancak, o yazdan birkaç yıl önce bir demokratik devrim dalgası Doğu Avrupa'yı sarmıştı ve spiritüel bilgilere ulaşmak kolaylaştı.

O yaz on üç yaşındaydım. *Through Time into Healing* adlı kitabınızla karşılaştım. Her ne kadar reenkarnasyon kavramı çocukluğumun bir parçası olmasa da ve hayatımda bu konunun tartışıldığını duymamış olsam da var olma olasılığını

sorgulamadım. Bana çok normal, çok doğal görünüyordu. Voltaire'in dediği gibi: "İki kez doğmak, bir kez doğmaktan daha şaşırtıcı değildir."

Kitaptaki hikâyelere bayıldım. Bana sunduğu bilgeliği, olasılıkları sevdim. Öyle çok sevdim ki son birkaç sayfasını okuduğum anda, kitaptaki örnek metni okuyarak bir kayıt yapmaya ve bir regresyon yaşamaya karar verdim. Kayda başlamak üzere hazırlandığım sırada şöyle düşündüğümü hatırlıyorum: *Ama ben daha on üç yaşındayım. Benim hiçbir sıkıntım yok. Fobim yok, fiziksel rahatsızlığım yok. Bunu neden yapayım ki?* Ama çekim, içimdeki o merak karşı konulmayacak kadar güçlüydü.

Kaydı yaptım, kaseti başa sardım ve ne beklemem gerektiğini bilmememe rağmen kaseti başlattım. Kayıt bana güzel bir gevşeme sağladı ve kendimi çok sakin, rahat hissettim. Ama geçmiş bir yaşama açılan kapıdan geçtiğim anda, bu değişti.

Ânında canını kurtarmak için koşan bir kadının bedenine girdim ve o kadın oldum. Kalbim korkuyla çarpıyordu ve kısa, kesik kesik ve çaresizce nefes alıyordum. Dehşet vericiydi. Loş bir koridorda koşuyor ve yakaladıkları anda beni öldüreceklerini bildiğim adamların beni kovaladığını biliyordum.

Üzerimdeki gri takım bir ceket ve yün bir etekten ibaretti. Siyah külotlu çorap ve alçak topuklu, siyah ayakkabılar giymiştim. Koyu renk saçlarım arkada güzel bir topuz şeklinde toplanmıştı.

Koşarken adımlarımın sesi tuğla duvarlarda yankılanıyordu. Her iki yanda da bir dizi kapı vardı, ama onları açmaya çalıştığımda hepsinin kilitli olduğunu fark ettim. Sonunda bir kapı kolu açıldı. Odaya girdim ve üzerinde duvar boyunca, neredeyse tavana kadar uzun parmaklıklar olan tek pencereli boş bir oda olduğunu gördüm. Köşeye sıkıştığımı ve beni yakalayacaklarını biliyordum.

II. Dünya Savaşı zamanıydı. Ben, Alman bir generali iyileştirmek yerine zehirleyip öldürmüş bir doktordum. Bu yüzden bu adamlar peşimdeydi, intikam almak istiyorlardı.

Bir sonraki sahneye tepeden baktım. Elektrikli bir sandalyeye oturulduğumu, el ve ayaklarımın sandalyeye nasıl bağlandığını, nasıl idam edildiğimi gördüm.

Sonra gerçekten güzel bir şey oldu. Ruhumun bedenimden yükselişini izledim. Yavaşça yukarı doğru süzüldü. Önünde, izlediği beyaz bir ışık huzmesi vardı. O huzmenin sonunda, içeriden göz kamaştırıcı bir ışığın yansıdığı açık bir kapı vardı. Kapıda, ışık ve sevgiyle parıldayan, ruhumu karşılamak için bekleyen bir varlık duruyordu. Muazzam bir huzur, sevgi ve inanılmaz bir sonsuzluk hissettim.

O gece annemin işten dönmesini sabırsızlıkla bekledim. Ona ne yaşadığımı anlattım ve II. Dünya Savaşı sırasında elektrikli sandalyelerin gerçekten var olup olmadıklarını sordum. Yıllar sonra, elektrikli sandalyelerin 1890'lardan beri var olduklarını öğrendim.

O olay benim hayatımda şekillendirici bir deneyimdi ve on üç yaşımdayken gerçekleşmiş olması ilginçtir. On üç sayısının değişim sayısı olduğuna inanılır. Numerologlara ve tarotçulara göre, on üç dönüşüm sayısıdır. Bir insanın temel ilkelerinin, inançlarının sorgulanmasını sağlar. İnsanın kendi hayatındaki şeyleri tanımlama şeklini değiştirir ve dolayısıyla hem dünya görüşünde hem de varoluşunda değişime yol açar. Ben bu ilk regresyonumla kesinlikle dönüşmüştüm.

Yıllar sonra, henüz çocukken tecrübe ettiğim bir ömrün hikâyesi, Omega Enstitüsü'nde Brian'ın önderliğindeki bir atölye çalışmasında daha da gelişti. Grup regresyonlarından biri esnasında, zihnimde iki yanı huş ağaçlarıyla sıralanmış uzun bir yol görüntüsü belirdi. Kendimi, bir arazinin kenarın-

daki sessiz toprak bir yolda yürüyen genç bir kadın olarak gördüm. Elimde küçük bir valiz vardı ve başörtüsü takmıştım. Tıp okumak için St. Petersburg'a taşınmak üzere köyümden ayrılıyordum. Yol üzerinde durduğum son yer, ölen akrabalarımı ziyaret etmek üzere uğradığım mezarlıktı. Kalbim ağırlaşmıştı. Uzun yıllar sonra evime dönebilecektim, o bile kesin değildi.

Üniversitede okurken Sovyetler Birliği'nin istihbarat servisi tarafından göreve alındım. Avrupa'da sıkıntılar baş göstermeye başlamıştı ve hatta olası bir savaş söylentileri dahi vardı. Beni, ülkem için ajanlık yapmak üzere Avrupa'ya gönderdiler.

Ben, cazibesini nasıl kullanacağını iyi bilen çok çekici bir kadındım ve benim için bilgi toplamak kolaydı. Kendimi aldığım bilgilerle şifreli bilgiler göndermek için kullandığım küçük bir cihazın önünde otururken gördüm.

Bir sürü Amerikalının uğrak yeri olan bir gece kulübü vardı. Kendimi, tanıştığım belirli bir adamla buluşma umuduyla oraya sık sık giderken gördüm. Onunla ilgilenmemin sebebinin işim değil, ona âşık olmam olduğunu öğrendiğimde şaşırdım. O da bana âşıktı.

Bir sonraki sahnede, büyük resmi bir binanın önünde bir sürü sandalye diziliydi. Avrupa'da farklı bir yere geçmek üzere emir almış ve buraya vedalaşmak için gelmiştim. Adam önümde duruyor, beni sevdiğini söylüyor, gitmemem için yalvarıyor ve bana evlenme teklif ediyordu. Onu çok sevmeme rağmen kalamazdım. Çoktan yemin etmiş ve hayatımı, sevgimi ve yüreğimi ülkeme adamıştım. Ona, Amerika'daki aile çiftliğine döndüğünde iyi bir kadınla evleneceğini, çocukları olacağını ve mutlu bir hayat geçireceğini söyledim. Vedalaştım ve gözlerimde yaşlarla merdivenlerden inip beni bekleyen arabaya doğru yürüdüm.

Daha sonra önemli bir Alman askerle evlendim. Bu benim

çalışmamı hızlandırdı ve korunmamı sağladı. II. Dünya Savaşı çoktan başlamıştı. Tıp okuyor, ağırlıklı olarak Alman askerlerini tedavi ediyordum ve bir hastalığından ötürü tedavisiyle ilgilendiğim üst düzey bir Alman generalin hayatını sonlandırma emri almıştım. Elimde içinde toz bulunan küçük bir kap vardı ve yapmak üzere olduğum şeyin heyecanıyla tavana baktım. Ama başka bir seçeneğim olmadığını düşünüp tozu bardağa döktüm. Generale ilacını vermek yerine bu zehri verdim.

Çocukken gördüğüm ilk regresyon da burada devreye giriyordu. Bir kez daha o koridorda koştuğumu ve sonunda yakalandığımı gördüm. Ama bu kez, yaşım daha büyük olduğundan ve tüm hikâyeyi daha net anlamlandırabildiğimden, maruz kaldığım sorguların korkunç ayrıntılarını gördüm. Ağıma ihanet mi etmiştim? Hayır. Sonuna kadar tek başıma hareket ettiğimi söyledim. Dayak yedim, işkence gördüm, sorgulandım, durmaksızın. Beni sorgulayan insanların yapmadıkları tek şey tecavüzdü. Onlardan birine ait olduğumu hissettiler ve o çizgiyi geçmediler. Sonunda beni bir elektrikli sandalyeye oturttular ve idam ettiler.

Ruhum yükselirken o ömrün dersinin bir sevgi dersi olduğunu, her duruma sevgiyle yaklaşma ihtiyacının ve kendime sevilme hakkı tanımanın önemini öğrenmek olduğunu biliyordum. O ömür öyle şekillenmişti ki Amerikalı adam basamaklarda durmuş bana evlenme teklif ederken benim sevgiyi seçme fırsatım olabilirdi. Ayrıca ben terk ettikten sonra yaşama sebebi kalmadığını, gidişimin onu mahvettiğini biliyordum. Alman Ordusu'yla girdiği bir mücadelede bir hendeğin içinde alnından vurularak öldü.

Bu tecrübenin ardından gelen saatlerde, bütün bir hayatı boşa harcamış ve başka bir insana zarar vermiş olmanın korkunç pişmanlığıyla sarsıldım. Ama ebedi olduğumuzu

bildiğimden, her ömrün ruhlarımızı paha biçilmez derslerle zenginleştirdiğini de biliyorum.

Ruhum mevcut hayatımda engin sevgiyi tecrübe etmeyi ve öğrenmeyi seçmiş olmalı, çünkü hiçbir şey bana, insanlara sevgi, ışık ve ilham vermekten daha büyük bir anlam ve memnuniyet hissi vermez. İnsanlara yardım etmenin en keyif aldığım yollarından biri, onların geçmiş yaşamları deneyimlemelerine ve etraflarındaki insanlar ve koşullar hakkında anlayış kazanmalarına yardımcı olmaktır. Ben aynı zamanda, tesadüfen iki derin, içinde yer etmiş ve mantıksız korkuyla boğulan bir adamla sevgi dolu bir ilişki yaşıyorum: birincisi, beni kaybetme korkusu. İkincisiyse alnından vurulma korkusu. Ben de sormadan edemiyorum: Bu benim bir zamanlar tanıdığım Amerikalı adamla ikinci şansım olabilir mi?

~ Mira Kelley

On üç yaşında bir çocuk olarak Mira yaptığı kasetleri dinlerken sezgisel bilgeliği ve anlayış ve spiritüel büyümeye olan merakıyla hareket etti. Bu karar onun hayatını değiştirdi ve onu yüce benliğine, şifa çalışmasına ve sonunda ruh eşiyle yeniden buluşmaya götürdü.

Ruh eşinin onu tekrar kaybetme korkusu, tipik bir ayrılık anksiyetesi temasıdır. Sıklıkla neredeyse irrasyonel bir şekilde ebeveynlerinden ayrılma korkusu yaşayan çocuklar onu geçmiş yaşamlarda kaybetmişlerdir. Bilinçaltında bu kaybı hatırlarlar, tıpkı Mira'nın mevcut hayatındaki sevgilisi gibi. Bu tipteki ayrılık korkusu için çare, bunun geçmiş bir yaşamdaki köklerinin farkında varmaktır. Travma çoktan olmuştur. Bir başka zamandandır ve mevcut zamanda veya gelecekte korkulacak bir şey değildir. Mira'nın ruh eşinin Mira'yı tekrar kaybetme

ve alından vurulma korkuları II. Dünya Savaşı döneminden kalmadır. Bunu bilerek onları salıverebilir ve daha özgür, yer etmiş güvensizliklerle sınırlandırılmayan bir ilişki yaşayabilir.

Mira'nın fiziksel ölümden, ruhunun bedenden ayrılmasından sonraki olayları tasviri, ölüme yakın deneyim (NDE) çalışmalarını, henüz on üç yaşından farkında olmadığı araştırmaları yansıtmaktadır. Mira'nın hikâyesindeki büyüleyici, iyileştirici ışık ve sevgi dolu varlık evrensel anlamda NDE'de karşımıza çıkan şeydir. Onların teselli edici mevcudiyetleri ve ölümden sonrasına dair doğrulamaları, insanların ölüm ve ölme korkularından arınmalarına yardımcı olur. Bize ölümsüz olduğumuzu ve ölümün diğer tarafa açılan bir kapıdan başka bir şey olmadığını hatırlatırlar.

Sık sık bir eşzamanlılık yaşanır ve neredeyse zoraki bir şekilde dikkatimi çeker. Eşzamanlı olaylar, bana kalırsa metafiziksel bir seviyede bir bağlantı içeren ilişkili olayların tesadüfi oluşumlarıdır. Bu etkisel bağlantıyı anlamayabiliriz, ama oradadır.

2012 yılının başlarında Mira'nın hikâyesine dair düşüncelerimi yazmayı tamamladıktan sonra, telefonum gelen bir e-postayla titredi. Travmalar geçmiş bir yaşamda çoktan gerçekleşmiş olduğundan mevcut zaman korkularını salıvermekle ilgili yazmamın üzerinden beş dakika bile geçmemişti.

E-postada bir kadın "uçma korkusunun" hayattan tam anlamıyla keyif almasını nasıl engellediğini anlatmıştı. Keyif ve iş için seyahat etmek kesinlikle mümkün değildi. 2003 yılında Miami'de verdiğim bir seminere katılmıştı. Ben grubu bir geçmiş yaşam regresyonuna sürüklerken bu kadın II. Dünya Savaşı sırasında yaşadığı bir hayatı hatırlamıştı.

"Kendimi bir uçak kokpitinden dışarı bakarken buldum... Bir adam, askeri bir personel taşıma uçağının pilotuydum,"

diye yazmıştı. "Uçak mekanik bir arızadan ötürü düştü, tüm yolcular ve mürettebat (ben ve yardımcı pilot dahil) öldü."

Atölye çalışması sona ermişti. Kısa süre içinde regresyonunun meyveleri toplanmaya hazırdı.

"Atölye çalışmasından on bir gün sonra," diye yazmıştı, "acil bir işim çıktı ve Boston'a uçmam gerekti. Hiçbir şey hissetmedim... sıfır... korku yoktu... hiçbir şey yoktu. 2003'teki o günden beri defalarca uçtum ve bir kez bile korku ya da anksiyete hissetmedim. O yüzden, her ne kadar bunu yazmakta geç kalmış olsam da teşekkürler, Dr. Weiss."

Kozmik bir ünlem işaretine ihtiyacım olsaydı, işte buradaydı. Bu konuda yazdıktan birkaç dakika sonra, mevcut korku ve fobilerin genelde geçmiş yaşamlara dayandığı bir e-postayla doğrulanmıştı. Bu kökleri hatırlamak semptomları tamamen iyileştirebilir. Artık anksiyete ya da korku duymaya gerek kalmaz. Bu kadını iyileştiren atölye çalışması neredeyse dokuz yıl önce gerçekleşmişti, ama e-postası zamanlama açısından hedefi tam on ikiden vurmuştu. O bana bu hikâyeyi o kadar yıl içinde herhangi bir zamanda anlatmış olabilirdi. Zamanlama olasılığının bir tesadüf olması uzak bir ihtimaldir. Ve son bir bağlantı olarak her iki hikâyenin de II. Dünya Savaşı'nda travmatik ölümler içermesi ilginçtir.

Mira bizimle bir başka hikâye daha paylaştı.

• İZİN VERMEYİ ÖĞRENMEK •

Bu, Ananachimo'nun ve izin verme ihtiyacı dersinin hikâyesidir.

Omega Enstitüsü'nde, Brian Weiss'la yaptığım regresyon egzersizlerinden birinde, küçük bir tepeyi tırmanan bir grup

insanın görüntüsü belirdi. Bu görüntünün ne olabileceğini ve daha net bir şeye ulaşmak için zihnimin bir kenarına atmam gereken bir şey olup olmadığını merak ettim. Ancak Brian'ın bunun beni içeri çekecek bir ip olabileceğini söylediğini hatırladım ve onunla kalıp neler olacağını görmeye karar verdim.

Resim netleşti. Bu grup Kızılderililerden oluşuyordu. Hangi kabileye ait olduklarını merak ettim ve aklımda birden bu insanların Ova Kızılderilileriyle olduğu yanıtı geldi. Sonra, o insanların arasında kendimi aramaya başladım. Ve işte oradaydım. O anda adımın Ananachimo olduğunu biliyordum. Bu, daha önce hiç duymadığım bir isim olduğundan unutmamak için sürekli tekrarlayıp durdum.

Kendimi Ananachimo olarak tanımladığım anda, tamamen o oldum. O hayatta tecrübe ettiğim her şey, sanki tamamen o insanmışım, onun duygularını yaşıyor, onun bedeninde olmanın nasıl bir duygu olduğunu öğreniyormuşum gibiydi.

Ananachimo çevik, zayıf ve kaslı bir vücudu olan genç bir adamdı. Uzun boyluydu, uzun siyah saçları ve güçlü, kemikli bir çenesi vardı. Boynunda, kuzeye yaptığı bir av gezisinde öldürdüğü bir beyaz ayının dişi asılıydı.

Kızılderililer tepeyi tırmanırken çok dikkatliydiler. Tepenin üzerinde, bir ev inşa ettikleri düz bir alan vardı. Orada yaşayan ve Ananachimo'nun kabilesine ait olan toprakları işgal eden Avrupalıları gözetliyorlardı.

Ananachimo, görebildiği yere kadar yalnızca tepelerle çevrili bir vadiye bakıyordu. Sol elini kaldırdı, avucunu omzunun önüne koydu ve topraklarını ve halkını yabancılardan korumaya yemin etti.

Doğayla bir bütünlük içindeydi. Doğa onunla konuşuyordu. Yapraklar rüzgârda savrulurken o ağaçların fısıltısını duyardı. Her çiçek, çalı ya da ot, onun anlayabildiği bir mesaj

taşıyordu. O aynı zamanda halkının sağlığına denge getirmek için şifalı bitkiler kullanan bir şifacıydı.

Ananachimo otuz yedi yaşındayken hayatında önemli bir olay yaşandı. Üzerinde büyük kırmızı ve beyaz lekeleri olan bir yabani at bulmuş ve ehlileştirmişti. Atın adı Kırmızı Fırtına'ydı. Beyaz insanlar bir şekilde atını ele geçirmişlerdi. Ananachimo atını geri almayı denemişti, ama beyazlar onu yakalamış ve atı çalmaya çalışmakla suçlamışlardı. Ardından onu cezalandırmış, ellerini başının üzerine bağlayıp kırbaçla dövmüşlerdi. Sırtına düşen her kamçının dehşetini yaşamadım. Ben yalnızca beyaz insanların onu kırbaçla dövmeye başladıklarını ve yakınlarda olan atın her şeyi izleyip Ananachimo'nun öfkesini ve adaletsizlik hissini paylaştığını gördüm. At ön ayaklarını kaldırıyor, tekmeler savuruyor, bağlarından kurtulmaya çalışırken korkunç sesler çıkarıyordu.

Ancak çabaları boşaydı. Bu olay Ananachimo'nun cesaretini kırdı. Atını kaybetti; aynı zamanda topraklarını ve halkını koruma becerisine olan inancını da kaybetti. Büyük bir adaletsizlik olduğunu hissediyor, ama herhangi bir şeyi değiştirebilecek güçte olduğunu düşünmüyordu. Dışarıda, kabilesinden kadınlar ve çocuklar (erkeklerin çoğu ölmüştü) günlerine devam ediyorlardı. Hepsi üşüyordu, açtı ve ne yapacaklarını bilmez bir haldeydiler.

Regresyon sonlarına yaklaşırken ben o hayatın verdiği dersi aramaya başladım. Ders, izin vermekle ilgiliydi. İzin vermeyi öğrenmek zorundaydım. Halkımı korumayı ve kurtarmayı başaramadığım için kendi suçladım, ama gerçek şu ki bu ıstıraplı olaylarda kimseyi kurtaramaz ya da koruyamazdım. İnsanların yaşamlarının olması gerektiği gibi şekillenmesine izin vermek zorundayım, çünkü onların ruhlarının bu tecrübelere ihtiyaçları var. Onlar kendi derslerini bulmak için müca-

delelerden geçmeyi ve kendi aydınlanmalarına ulaşmayı kabul ettiler. Ben, savaşmaya yemin ettiğim bir kötülük olarak beyaz insanların yol açtığı büyük adaletsizliği görmüş, ama bana en çok ihtiyaç duyulan zamanlarda yardımcı olmayı başaramamıştım. İnsanların kurtarılmaya ihtiyaçları yoktur. İnsanların sevgiye, desteğe ve her türlü sınava göğüs gerebileceklerine ve her zaman daha güçlü, daha bilge ve daha merhametli bireyler olacaklarına dair teşvike ihtiyaçları vardır. Kimseyi hayatın fırtınalarından koruyamam, aksi takdirde büyümez, öğrenmez ve ilerleyemezler.

Ama nasıl izin verirsiniz? Sevgi dolu, şefkatli ve yardımcı olmakla insanları dünyanın adaletsizliğinden ya da kendi saçma hatalarından kurtarmak istemenin dengesini nasıl kurarsınız? Bu ders benim için buna yıl ve hayat sonra bile bir mücadele olmayı sürdürdü. Her ne kadar cinsiyetimi, adımı ve görüntümü değiştirmiş olsam da, hâlâ el uzatmak ve insanları korumak istiyorum.

O akşam sınıf seansından çıktım ve odama aklımda bu zor sorularla döndüm. Omega'daki kabinimde iki oda vardı. Koridorda girdiğimde komşularımdan biriyle karşılaştım. O da, odalarımızın arasında ortak kullanıma açık olan banyoya gidiyordu. Bir dakika sonra, o ve o sırada duş alan diğer oda arkadaşı kapıda kaldıklarını, her ikisinin de anahtarlarını odada bıraktıklarını ve kapının otomatik olarak kilitlendiğini fark ettiler. Dışarıda bardaktan boşalırcasına yağmur yağıyordu ve komşum yalına yaktı. Ne berbat bir durum! Yardım teklif ettim.

Bir Omega çalışanı bulmak için yağmurun altında yürürken önümdeki bu küçük krizin benim yüzümden yaşandığını fark ettim. Bu ne güzel bir armağandı. Bana, dersimin son parçasını sunuyordu. Ben her zaman insanlara elimden geldiğince yardım eder ve yollarında onlara yardımcı olurken

hiçbir gayretten kaçınmam. Ancak onları koruyarak ya da onları sıkıntılarından kurtarmaya çalışarak asla yaşamlarının gidişatını değiştirmeye çalışmamalıyım, çünkü bunu yapmak, onların paha biçilmez tecrübesine ve ruhlarının büyümesine engel olur. Sevgili komşularıma minnettardım. Bu ders benim için cisimlenmişti.

Şimdi o regresyonun üzerinden neredeyse üç sene geçti ve o anlayış benim içimde inanılmaz bir dönüşüm yarattı. Şimdi el uzatma ve insanları kurtarma konusunda farklı bir perspektife sahibim. İzin vermeyi, hayranlık duymayı ve her insanın yolunun şekillenmesindeki inanılmaz değer ve gücü görmeyi öğrendim.

~ Mira Kelley

Mira, bir kez daha klasik bir regresyon deneyimi ve önemli kutsal hakikatler sunuyor. Bu derslere açık olduğunuzda ve yolunuzda size kılavuzluk eden bilgeliğe güvendiğinizde, eşzamanlılıklar, muazzam oluşumlar, size uzanan bir elin yardımını yaşayacaksınız. Bu olaylar rastlantısal değildir. Tesadüf değildir.

Mira regresyonunun müdahil olmadan izin verme mesajını anlamak için mücadele ederken birkaç saat içinde, büyük olasılıkla ona anlama içgörüsü sağlayacak bir sahneye, iki kişinin kapıda kalıp odasına girememesi kadar basit bir sahneye yönlendirildi. Omega'daki odaları iyi bilirim; içeride telefon yoktur, dolayısıyla Mira yardım isteyemezdi. Koridorlar karanlıktır ve bardaktan boşalırcasına yağan yağmurun altında o mesafeyi yürümek ciddi anlamda efor gerektirir. Bu, Mira'nın açısından küçük bir yardım değildi. Bir anlık farkındalıkla, spiritüel dersinin yansımalarını öğrendi.

Büyük ustalar her zaman öğretilerinin anlaşılmasına yardımcı olmak için bu tip örnekler, senaryolar, hikâyeler ve

metaforlar kullanmışlardır.

Mira'nın yaptığı gibi, Raymond da kendi spiritüel dersini öğrenirken her ne kadar onda bir parça elektrik şok etkisi yaratsa da, kendi farkındalık ânını yaşadı. Bir günde tüm dünyası "altüst ve tersyüz" oldu. Onun bir yabancıyla olan paylaşılmış bilinç hikâyesini okudunuz, ama şimdi gelin, onun ilk geçmiş yaşam deneyimine dönelim.

• UMUT BULMAK •

Umut. Eğitim ve tecrübelerinizin tek bir baskın sonucu varsa, o da kişinin daha önce var olmayan bir umutla kalması olabilir. Her ne sebepten olursa olsun, inanç sistemleri öznel olma eğilimdedir ve küresel ya da kişisel olaylarla sarsılabilir, ancak eğitimleriniz inanç ya da imana gerçek bir tecrübe katma fırsatı sunar ve rasyonelleştirilebilecek, ama asla inkâr edilemeyecek bir netice doğurur. Benim için ortaya çıkan ve sürekli olan sonuç, umuda denktir.

Önce biraz kendimden bahsedeyim. Ben Oklahoma eyaletinde lisanslı, profesyonel bir terapi uzmanıyım ve yirmi beş yılımı bir hastane ortamında kronik şizofreni hastalarıyla çalışarak geçirdim. Davranışsal sistemi tasarladım ve programı yönettim. Dolayısıyla bir davranış bilimcisi ve bir terapi uzmanı olarak yapının benim yön verici ilkem olduğunu söyleyebilirsiniz. Birazdan okuyacaklarınız Evren'in, "Bay Wilson, sizin yapınız mikroskobik anlamda küçük ve o yapı içinde deneyimlediğiniz rahatlık ya da güvenlik, onun başladığı ya da son bulduğu yer değil," demesinin pek de sinsi olmayan bir yöntemiydi.

Yaklaşık beş yıl önce, kendimi profesyonel bir terapi uzmanı olarak lisansımı yenilemek için bitmek bilmeyen eğitim saat-

lerine adama ihtiyacı içinde buldum. Diğer pek çok insan gibi ben de son dakikaya kadar bekler ve bir şeyleri panik içinde halletmeye başlarım. Semineri nereden duydum, bilmiyorum; ama bunu ihtiyacım olan saatleri kazanmak için bir fırsat olarak gördüm ve içeriğini pek düşünmedim.

Eşimle birlikte Austin, Crossings'e vardık ve ertesi sabah ilk seansta grubun arasına karıştım. İnsanlar kendilerini melek terapistleri, Reiki ustaları, vs. (birçoğu hayatımda hiç duymadığım terimlerdi) olarak tanıtmaya başladıklarında, kuşkusuz bir grup deliyle aynı odada olduğuma ikna oldum. İçimde yanlış yerde olduğuma dair tuhaf bir his vardı. Oldukça katı, muhafazakâr bir Güneyli Baptist ortamda yetişmiş ve neticede organize dinlerden uzaklaşmış, ama bu alanı başka herhangi bir şeyle doldurmamıştım. Bu "din boşluğunun" sonucu, kendimi ahlaklı, siyah ve beyaz ve Tanrı'ya organize din seviyesinden ziyade kişisel anlamda güçlü bir şekilde bağlı biri olarak görmekti. Diğer bir deyişle ben Tanrı'yı iyi bir şekilde tanımlamış ve onu yarattığım bir kutuya koymuştum. O benim parametrelerimde kaldığı sürece mutluydum.

Seminerin ilk saati sona erdiğinde kapıdan çıkmaya ve arkama hiç bakmamaya hazırdım. Ancak, mola sırasında eşime kaygılarımdan bahsettim ve o bana, "Bak, saatlere ihtiyacın var. Zaten buradasın, bir haftalık para ödedin. Sonuna kadar kalmanda bir sakınca yok," dedi. Gönülsüz bir şekilde kabul ettim. Kısa süre sonra Dr. Weiss bir grup regresyonu yaptı. Gözlerimi heyecan, büyük bir inançsızlık ve temkinle kapadığımı söylememe gerek yok. Direncimin herhangi bir hipnotik evreye engel olacağına adım gibi emindim. Hayatımda hiçbir konuda bu kadar yanılmamıştım.

Bir anda kendimi on yaşında bir çocuk olarak deniz kıyısındaki bir kasabada buldum. Aralarından toprak ve taşlıklı

yollar geçen evlerin sazdan yapılma çatıları vardı. Etrafta koşturan köpek ve kazların yanı sıra, çimler alabildiğine yeşildi ve ben toprak yollarda koşup oynuyordum. Köyde başkaları vardı; onları tanıyor, ama umursamıyordum. Evlerden birinin köşesini döndüm ve arkamdaki tepeden güçlü bir erkek sesinin beni kastettiğini bildiğim bir ismi haykırdığını duydum: "Joar" ya da "Johar." Durdum, adam bir kez daha seslendi ve ben babam olduğunu bildiğim adama doğru koştum. Yolun yakınlarındaki evimizden sesleniyor, çark gibi görünen dev bir bileyi taşının başında çalışıyordu. Balta ve kılıçlarını bileyliyordu ve ben bunun onun işi olduğunu biliyordum. Belli ki burası bir Viking kasabasıydı.

Bir sonraki sahnede on sekiz yaşındaydım. Babam ve diğer Vikinglerle birlikte bir geminin içinde, saldırı ve yağma amacıyla yabancı bir kıyıya doğru ilerliyorduk. Babamın önünde durdum ve ona bakmadan, "Ne yapacağımı bilmiyorum," dedim. "Oraya vardığımızda öğreneceksin," diye yanıtladı. Mevcut yaşantımda Vikinglerin ve nasıl giyindiklerini görmüştüm; ancak üzerlerindeki her bir parçanın ne işe yaradığını bu gemide anladım. İlk kez, kol bileziğinin aslında silahlara karşı savunma için takıldığını fark ettim.

Sonra tekrar köyümüzdeydik ve babam sert gibi görünen bir yatakta yatıyordu. Saldırı sırasında aldığı bir yaradan dolayı ölmek üzereydi ve ben yanında diz çökmüştüm. Daha sonra ben bir başka mücadeleden dönmüştüm ve tıpkı babam gibi yatıyor, ölümümü bekliyordum. Bu kez benim oğlum yatağımın yanında diz çökmüştü, tıpkı benim babamın yanında yaptığım gibi. Orada, "Ne öğrendiniz?" sorusuna yanıt olarak şöyle düşündüğümü hatırlıyorum: *Hiçbir şey öğrenemedik. İşte burada, kaç nesil sonra, hâlâ savaşıp ölüyoruz ve oğlum da aynı şeyi yapacak.*

Bu noktada hipnozdan çıkarıldık. Ben, daha iyi nasıl söylenir bilmiyorum ama dehşete düşmüştüm. Büyük olasılıkla on beş dakika gibi bir süre içinde tüm dünyam altüst olmuştu. Kuşku ve heyecan öyle bir şaşkınlığa dönüşmüştü ki bu duyguyu koyabileceğim hiçbir kategori, bunu inkâr etmenin, sindirmenin ya da saklamanın (ki bunu çok isterdim) hiçbir yolu yoktu. Dr. Weiss bu deneyimlerin gerçek olup olmadıkları konusunda herhangi bir açıklama yapmazken benim aklımda bunların gerçek olduğuna ve hem mevcut yaşantımın hem de geleceğimin sonsuza dek değiştiğine dair hiçbir kuşku yoktu. Bir anda, melek terapisi insanlarından ve diğerlerinden çok kendi akıl sağlığımdan endişe etmeye başladım.

Tuhaf bir şekilde, her ne kadar bu deneyim beni derinden sarsmış olsa da, Tanrı'ya olan inancımı sarsmadı; dahası, "Tanrı'yı" kendimden ve çocukluğumla yarattığım kutudan çıkarma ve ebediyetin gerçekte ne anlam ifade ettiğini anlama süreci başladı. Öğle yemeği molasında oradan çıktım ve eşim bir sıkıntım olduğunun farkındaydı. Üç saatlik bir süre içinde, bir siyah-beyaz düşünürden hiçbir şeyden emin olamayan bir adama dönüştüm. İnanç sistemim ve sınırlarım dağıldı. Yaşadığım şeyin gerçek olduğuna emindim. Benim hipnoz evrem artık ellerim kadar gerçekti. Vikinglerin yaşamına dair bilgilerim, tecrübede öğrendiklerime ışık tutmadı. İsmim Joar'dı ("Jo-har" olarak okunuyordu) ve ben bunun benim ismim olduğundan emindim. Eğitimden eve döndükten sonra internette bir araştırma yaptım ve eski Viking isimlerinin listelendiği bir internet sitesinde bu ismi gördüm, tam tahmin ettiğim gibi.

Ertesi gün iki dünya arasında kalmıştım ve seminere, işkence cezası almış ve buna boyun eğmiş bir adam gibi, aklımda "Sırada ne var?" sorusuyla gittim. Elbette ikinci regresyondan

ilkinden daha tuhaftı. İnsan evriminin bir parçası olduğum kozmik bir deneyim; tüm evrenle bağlantı kurmama olanak veren bir rüya ve tamamen yabancı biriyle, o kişinin regresyonunun ayrıntılarını görebildiğim ortak bir tecrübe yaşadım.

Yirmi beş yıl boyunca tıbbi anlamda hassas çocuklarla ve kronik şizofreni hastalarıyla çalıştım ve sizin semineriniz bana, bu talihsiz insanların tecrübelerine dair bir nebze huzur verdi. Programa, eğitimimi devam ettirme niyetiyle gelmiş ve evrensel bilince dair bir kanıtla ayrılmıştım. Her şeyden önemlisi, önceden eksik olan bir umutla ayrıldım. Başka insanların da, bu umudu deneyimleyebildikleri takdirde, benimki gibi onların dünyalarının ve kişisel görüşlerinin de gelişeceğine inanıyorum.

~ Raymond Wilson

Raymond'ı beş günlük programımıza getiren evrensel güçlere minnettarım. O inanılmaz bir insandır; gerçekten zor ve hassas bir alanda çalışan yürekli ve sevgi dolu bir insan. Eğitimini sürdürme amacıyla geldi ve hayatını dönüştüren bir sonuçla ayrıldı. O tüm grubu dönüştürdü.

Her ne kadar Raymond'ın geçmiş yaşam regresyonu keyifsiz ve ona şiddet ve savaşın anlamsızlığını öğretmiş olsa da neticede Raymond bir umut hissine kavuştu. O hafta yaşadığı diğer tüm tecrübelerle birlikte umudu arttı. Sonunda, hayatının amacına ve daha geniş bir Tanrı ve ebediyet vizyonunun varlığına dair farkındalığa erişti. Hayat yalnızca hayatta kalmak için anlamsız ve sürekli bir mücadele değildir. Bu kitaptaki hikâyelerde anlatmaya devam edeceği gibi, yalnızca bir hafta içinde Raymond dünya üzerindeki yaşamın başlangıcından Vikingler ve diğer enkarnasyonlara ve tüm kozmosa ve ebediyete doğru bir varoluş akıntısına bağlı olduğunu hissetti.

Kendini evrensel evrimin ve tüm sürece rehberlik eden tarifi imkânsız bir bilgeliğin bir parçası olarak gördü ve hissetti. Artık kendini yabancı hissetmiyor.

Çoğu insan atölye çalışmalarıma geçmiş bir yaşamı hatırlama arzusuyla geldi. Kitaplar okurlar, regresyonun iyileştirici gücünü öğrenirler ve mucizelerin var olduğunu biliyorlar. Bu atölye çalışmaları esnasında, oraya eşleri veya iyi niyetli arkadaşları tarafından sürüklenen, bir geçmiş yaşam regresyonundan hiçbir beklentisi olmayan, hatta bunlara ilgi duymayan insanların, genelde en canlı ve çarpıcı deneyimler yaşayanlar olduklarını vurgularım. Bu çalışmanın doğasına dair kuşkuları olan Raymond buna kusursuz bir örnektir. Raymond yalnızca profesyonel anlamda ilgilendiği için geldi; hatta eşinin ikna edici sözleri olmasa, semineri terk etmiş bile olabilirdi. Ancak sayısız güçlü ve derin spiritüel deneyim yaşadı.

Bunun sebebi nedir? Geçmiş bir yaşamı yeniden deneyimleme beklenti ve arzumuz araya girebilir. Öyle çok isteriz ki genelde bu süreci zorlar ve engelleriz. Ancak pratikle bu tip her türlü engeli aşabiliriz. Hayal kırıklığına uğramadan ve herhangi bir seansın neticesine takılıp kalmadan devam etmek önemlidir. "Bir regresyon yaşamak zorundayım," demeyin, çünkü bu o regresyonun gerçekleşmesini önleyecektir. Kendinize bu tip bir baskı yapmanızın hiçbir gereği yoktur. Meditasyon yapabilir, bir hipnoz CD'si dinleyebilir, bir grup regresyonuna katılabilir ya da bir terapi uzmanıyla birebir çalışıyor olabilirsiniz. Ne olursa olsun aklınıza gelen her şeyi kabul edin. Bunun bir süreci ve bilgeliği vardır. Daha önce okuduğunuz gibi, bu sürece ne isim verdiğiniz –Tao, yol, kader ya da başka bir şey– önemli değildir. Önemli olan, onun sizi gitmeniz gereken yere götüreceğine güvenmektir.

Acele etmeyin ve sabırlı olun. Ânında geçmiş bir yaşamı

hatırlamayabilir, bunun yerine medyumistik bir tecrübe yaşayabilir, belki diğer taraftan bir mesaj alabilirsiniz. Fiziksel bir iyileşme, sıkıntı veren bir semptomu çözüme ulaştırabilirsiniz. Pratik yaptığınız her an, nasıl rahatlayacağınızı ve stresten nasıl arınacağınızı öğrenirsiniz. Bunlar, zihninize ve bedeninize fayda sağlayan iyileştirici faydalardır ve kendi içlerinde paha biçilmez nitelikleri vardır.

Hüsrana uğramadan ne kadar çok pratik yaparsanız, o kadar derine inersiniz. Haftalar ya da aylar alabilir, ama kazancınız büyük olacaktır. Benim bir geçmiş yaşamı hatırlamam üç ayımı aldı. Hastalarımdan biri başarılı bir şekilde regresyon yaşamadan önce sekiz sene bekledi, ama yaşadığı anda neticeleri olağanüstüydü. Bana, o eski anlara gitmek için harcanan her dakikanın buna değdiğini söyledi. Geçmiş yaşam ânınız size iyileşme, spiritüel büyüme ya da bir birlik hissi ve huzur getiriyorsa sekiz yıl –hatta sekiz ömür– buna değmez mi?

Bu bölümdeki yazarlar gibi yalnızca geçmiş yaşamlarını hatırlayarak duygusal iyileşme sağlamayı başaran pek çok hastam ya da atölye çalışması katılımcım oldu. Hikâyeleri, regresyonları sona erdikten sonra uzun süre aklımdan çıkmadı ve bazılarına bu bölümde yer verdim.

Bu insanlardan biri, bu hayatta bir Japon-Amerikalı doktor olan Yumiko'ydu. Yumiko yüzyıllar önce Londra'da yoksul bir kız olduğunu hatırladı. Geçmiş yaşamda, altı çocuklu bir ailenin en büyük evladıydı ve on yaşına geldiğinde gece gündüz çalışıyordu. Bir babası olmadığından ve annesi sürekli çalıştığından, Yumiko kardeşlerini büyütmek zorunda kalmıştı ve kendi de küçük bir kız olmasına rağmen, küçük kardeşlerine bakmıştı. Bir elbisesini ve yıkayamadığı için elbisenin nasıl koktuğunu hatırladı; insanların tuvaletlerini sokaklara yaptıklarını gördü ve özellikle de sabunları olmadığını hatırladı.

Yalnızca suyla çamaşır yıkayabiliyordu, ama sabun olmadığından kıyafetler hiçbir zaman temizlenmiyordu.

Daha büyük bir evde hizmetçi olarak çalışmaya mecbur edildi. Bu ailenin sabunu vardı. Sonunda, "madam" tarafından öyle kötü muamele gördü ki oradan kaçmak zorunda kaldı. Üzerinden çok geçmemişti ki açlıktan ve hastalıktan öldü ve süzülüp geçmiş yaşam anılarından ayrıldı.

Yumiko'nun bir sonraki anısı, mevcut yaşamındaki çocukluğuna aitti. Bu kez üç çocuğun en büyüğüydü. Erkek kardeşinin bezinin düştüğünü ve sonra onu yıkamak zorunda kaldığını anımsadı. Ama bu kez sabun da vardı! Onun düşüncesi, "Bu tam bir çocuk oyuncağı!" oldu. Hatta bu ânı tekrar yaşarken gülümsüyordu ve geçmiş yaşamında yoksulluktan dolayı yapamadığı ama bu yaşamında yapabildiği her şeyi –okuma, boyama, vs.– düşündü.

Hâlâ bu hipnoz evresindeyken, gruba bir adet sabun gibi küçük şeylerden mutlu olmayı öğrendiğini söyledi. Bize, "Sahip olduklarınız için minnettar olun ve onların kıymetini bilin, sahip olmadıklarınıza üzülmeyin," dedi.

Yumiko'nun hikâyesi bize, her şeyin kıymetini bilmemiz, ne kadar küçük ve önemsiz olursa olsun her şeyi bir nimet olarak almamız ve takdir etmemiz gerektiğini öğretir. Çok az şeye ihtiyaç duyar ama her şeyi takdir edersek daha mutlu oluruz. Lao Tzu'nun iki bin yıl önce söylediği gibi: "Yeterince şeye sahip olduğunu bilen insan zengindir."

Yalnız öldüğü iki geçmiş yaşamını hatırladıktan sonra Tong şimdi sevgi dolu bir aile ve arkadaşlara sahip olmanın güzelliğini tam anlamıyla takdir etmeyi öğrendi. Onun hikâyesine bakalım:

• YALNIZ GEÇEN ÖMÜRLER •

Beş günlük programınız esnasında, pek çok regresyon yaşadım. Bunların ikisinde çok yalnız bir şekilde öldüm. Birinci yaşamda, ilkel ve yoksul bir köyde bir ilkokul öğretmeniydim. Yalnız yaşayan bekâr bir kadındım. Öğrencilerimle yakın ilişkilerim yoktu. Köyde bir tepede, vahşi köpeklerin karnımı ısırması sonucu kazara öldüm. Kimse ölümümden haberdar değildi.

İkinci regresyonda bir gazeteciydim, ama yine bekâr bir kadındım. Çok ve hırslı bir şekilde çalıştım, ama yine bu kez bir tren kazasında yalnız öldüm. Kazada ölen ya da yaralanan diğer insanlar aileleri tarafından alınırken bana sahip çıkan olmadı. Beni almaya kimse gelmedi; kimse cenazemi kaldırmadı.

Her iki vakada da sakin ve içine kapanık bir insandım; bu yüzden yaşamlar ve elbette ölümler sırasında yalnızdım. Ama bu hayatta bir sosyal hizmet görevlisi olmayı seçtim. İnsanlara gidiyor ve yardım eli uzatıyorum. Yalnızca kendi ailemi kurmak için değil, aynı zamanda yardım etmek için iki kız evlat edindim. Bazen fazlasıyla mücadele etmem gerekse de başkalarına vermeyi ve insanlarla iletişim kurmayı öğrendim. Ve yakınımdaki tüm bu insanlarla çok mutluyum. Bu hayatta –bir kez daha– yalnız ölmeyeceğimi biliyorum.

~ Tong

Tong'un regresyonları, spiritüel yollarımızı aydınlatmak için kalıpların kendilerini bu deneyimlerde ortaya koyduklarını göstermektedir. Sevgiyi ifade etmesi ve sevgiye izin vermesi gerekiyordu ve şimdi tam da bunu yapıyor. Tong derslerini öğreniyor ve koşulsuz sevginin ne anlama geldiğini öğreniyor.

Bizler asla yalnız değiliz – bunu unutsak dahi. Ve onun bir sosyal hizmet görevlisi olma seçimi regresyondan önceydi.O sevgi ve hizmet yolunu içgüdüsel olarak seçmişti.

Tong'un tecrübeleri bunlarla sınırlı değildi. Devamı şöyle:

• EVE DOĞRU •

Annem ve babam ben altı yaşındayken ayrıldılar ve birkaç sene sonra boşandılar. Geceleri sık sık kavga ederlerdi. Bir gün sabah uyandım ve annemin evi terk ettiğini gördüm. O andan sonra yatağı hep boş kaldı. Kısa süre sonra kendine yeni bir aile kurdu ve bir süre sonra babam da evlendi. Bolca yalnızlığın, anksiyetenin ve bol miktarda ihmalin var olduğu bir evde büyümüştüm. Üç kız kardeşim var, ama biz genelde başımızda bir ebeveyn olmadan büyüdük. Ortanca kardeş olarak küçük kardeşimi doyurmak ya da daha büyük yaşlarda ona yemek hazırlamak durumunda kaldım ve ablam evde olmadığı zamanlarda ev işleriyle ilgilendim. İlkokuldayken annem beni almayı unuturdu. Saatlerce okulun kapısında durur, yalnız, çaresiz ve belirsizliklerle onu beklerdim.

Yirmi beş yaşıma geldiğimde özlemini çektiğim evliliği yaptım. Kocam benimle aynı yerde çalışan bir meslektaşım, dolayısıyla birbirimizi mesai saatlerinde de görebiliyoruz. O, bana evlendikten sonra bir güvenlik hissi veren bir aile babasıdır. Ancak ben yine de onun yanımda olmadığı, mesaiye kaldığı, arkadaşlarıyla buluştuğu ya da akşam derslerine katıldığı zamanlarda kendimi yalnız hissediyordum. Ve hayatta onun görevleriyle baş edebilecek ya da herhangi bir mücadeleyi aşabilecek kadar olgun olmadığını düşünüyordum. Bu korku uzun süre peşimi bırakmadı.

Bu sırada çaresizce anne olma özlemiyle yanıp tutuşuyordum. Anne olduğum zaman biri tarafından isteneceğimi ve çocuk sahibi olduğum takdirde her an onlarla olabileceğimi düşünüyordum. Ama altı yılı aşkın bir süre boyunca denedim. Anne olamadım. Bu, beni daha derin bir çaresizliğe sürükledi.

Dr. Brian Weiss'ın CD'lerinden biriyle yaptığım bir regresyonda, eski bir zamana gittim. Çorak, ıssız bir arazide, uzun bir savaşın ardından evime dönüyordum. Harry Potter kitaplarındaki Hagrid gibi dev bir cüsseye sahip bir savaşçıydım. Pis, kıllı, iri ve güçlü bir adamdım ve bir silah olarak elimde büyük bir çekiç vardı. Her adımımla toprağı dövüyor gibi sert, süratli adımlarla yürüyor, eşimi ve küçük oğlumu görmek üzere eve doğru ilerliyordum. Uzun süredir yürüyormuş gibiydim. Her adımda yorgun ama ısrarcıydım. Yol boyunca tek başımaydım; etrafımda yalnızca taşlar ve çalılar vardı. Etrafımda hiç kimse ve hiçbir şey olmadan yürüdüm.

Evimi gördüğümde çok heyecanlandım ve daha hızlı yürümeye başladım. Ahşap kulübenin kapısını açtığımda karımı gördüm; bir bebek beşiğinin yanında oturuyordu. Beşikte küçük oğlum vardı; şimdi onun bu hayattaki eşim olduğunu anlamıştım. Bir anda düşündüm: Ben savaştayken onun tek başına ayakta kalıp annesine göz kulak olabilecek kadar güçlü olmayacağından korktum.

Regresyondan uyandım ve sürekli eşimin yeterince güçlü veya olgun olmadığından endişe ettiğimi, bunun eşimin değil, benim sorunum olduğunu fark ettim. O andan itibaren onunla ilgili kaygılarıma bir son verdim; hâlâ zaman zaman başının etini yiyorum, ama önceki gibi değil.

New York, Omega Enstitüsü'ndeki beş günlük bir hipnoterapi eğitimi sırasında yaşadığım bir diğer regresyonda, önceki bir yaşama değil, mevcut yaşamımda kendimi ilk kez yalnız

hissettiğim âna gittim. Altı yaşında ve Çin'deydim. Bir okul günüydü ve sonbahar terk edip kış gelirken hava buz kesmişti. Okul bitmişti ve ben kapıda durmuş, annemin beni alıp eve götürmesini bekliyordum. Bekledim, bekledim, ama annem gelmedi. Öğrencilerin sınıftan çıktıklarını ve ebeveynleri ya da okul servisiyle uzaklaştıklarını gördükçe kaygılandım. Tüm öğrenciler gidip servisler hareket ettiğinde, karanlık çökerken ben bir başıma kalakalmıştım. Çoktan kapanmış kapının önünde öylece durdum. Kendimi çok çaresiz hissettim. Bu, hayatımda yalnızlığın nasıl bir his olduğunu öğrendiğim andı.

Hipnoz sırasında, "Neden eve tek başıma dönmeyi denemiyorum?" diye düşündüm. Olduğum yerden yalnızca on beş dakika ya da birkaç sokak ötedeydi. Belki yolu hatırlayabilirdim. Derin bir nefes aldım ve eve doğru yürümeye başladım. Çok heyecanlıydım; biraz daha korkuyordum, ama aynı zamanda okul kapısının köşesindeki karanlıktan uzaklaştığım için mutluydum. İlk büyük adımımı atıp eve doğru yola koyulduğumda birden sahne değişti ve hayatım bir film şeridi gibi gözlerimin önünden geçti. Filmin içindekiler, hayatta kendimi yalnız hissettiğim tüm anlardan oluşuyordu ve otuz yıl içinde böyle pek çok an yaşamıştım. Tüm o zamanlar geçerken hızla büyüyordum, şimdi altı yaşındaydım. Çok mutlu ve gururluydum. Tişörtüm rüzgârda savrulurken ben koşmaya devam ettim.

Sonra olduğum yere, Omega eğitiminin yapıldığı salona döndüm ve o altı yaşındaki çaresiz kız olmadığımı fark ettim. Kendimle ve kendim için bir şey yapabileceğimi, kendimi karanlıktan kurtarabilecek özgüvene sahip olduğumu anladım. Otuz yılı aşkın bir süredir, başkalarını beklemek ve onlardan medet ummak yerine hayatımdaki tüm zorlukları aşmak için çok çalışmış ve çok şey öğrenmiştim.

O regresyondan sonra, bir daha asla o tip bir yalnızlık

hissetmedim. Ve birkaç yıl sonra, iki bebek evlat edindim. Umutsuzca hamile kalmayı beklemek yerine kendimi mutlu etmek için bir şeyler yapabileceğimi fark etmiştim. Şimdi dördümüz ve torunlarımız, hayatımızdan çok memnunuz. Bunun hayatımdaki en güzel zaman olabileceğini düşünüyorum. En tatlı zaman olduğu kesin.

~ Tong

Regresyonlar Tong'un hayatında bir kontrol hissi kazanmasına olanak verdi. Kocasının olgunluğuna dair kuşkularının geçmiş yaşamlara dayandığını anladı ve bu anlayış onun korku ve kaygılarından arınmasına izin verdi.

Travmalara yol açan tüm semptomların kaynağı geçmiş yaşamlar değildir. Tong'un çaresizlik hissi, kendi mevcut yaşantısındaki çocukluğuna dayanıyordu. Bilinçaltının bir dizi yalnızlık sahnesi göstermesini izlerken kontrolü ele almak ve cesur olmak için gereken teşviki aldığını hissetti. Bebekleri evlat edinmek, bir noktaya kadar, onun o kadar da korku dolu ve pasif olmama, bunun yerine aktif, umutlu ve mutlu olma kararını temsil ediyordu.

Tong aynı zamanda geçmiş yaşam anılarının ve onları güçlü iyileştirici potansiyellerinin evrenselliğini göstermektedir. Önceki yaşamlar ve ölümden sonraki evre deneyimi, hangi kültür ya da din söz konusu olursa olsun, son derece tutarlıdır. Son derece çeşitli ırk ve spiritüel geleneklerden gelen insanlar, gezegenin dört bir yanında gerçekleşmiş geçmiş yaşamları hatırlayabilirler. Benzer yaşam dersleri öğrenirler. Fiziksel ve duygusal anlamda iyileşir, Tong'un yaptığı gibi ilişkilerini düzeltir ve yaşamlarında daha fazla huzur ve mutluluğa erişirler. Erken yaşlarda meydana gelen kültürlenme ve koşullan-

ma, geçmiş yaşam anısının ya da spiritüel deneyimin içeriğini değiştirmez. Hepimiz bu büyük dünya okulunda öğrenciyiz. Sınıfımızın nerede bulunduğu neyi değiştirir?

Evelyn, kırklı yaşlarında Afro-Amerikan bir kadındı. Ciddi bir su ve boğulma fobisi vardı; her ne kadar bunun nereden geldiğine dair herhangi bir ipucu olmasa da hayatına müdahale ettiği kesindi. Kocası yakın zamanda bir tekne almıştı ve bu Evelyn'in korkusunu daha çok şiddetlendirmişti. Bir tekne sahibi olmak kocasının hayaliydi ve Evelyn'in fobisinin derinliğini anlamıyordu. Seanslar sırasında dışarıda bekleyen kocası daha sonra Evelyn'in bir mayosunun bile olmadığını öğrendiğinde çok şaşırdı. Evelyn bunun onu suya bir adım daha yaklaştıracağından korkuyordu. Ayrıca onun boğulma korkusu şimdi üç çocuğunu da etkilemeye başlamıştı ve bu, onların su ve yeni tekneleriyle alabilecekleri keyfe engel oluyordu.

Evelyn'in anksiyetesi öyle şiddetliydi ki beni görmek için ülkenin diğer ucunda gelmişti. Ne zaman ayaklarını suya soksa bir çift el onu dibe çekiyormuş gibi hissettiğini söyledi. Suyun etrafında olmaktan çok korkuyordu, ama nefesini tutamama korkusu onu daha çok endişelendiriyordu. Bu korkular birbirlerine bağlı gibi görünüyorlardı, ama mutlaka öyle olmaları gerekmezdi. Dolayısıyla ben de bunu aklımın bir köşesine yazdım.

Regresyon sırasında Evelyn önce çocukluk anılarına döndü. Bir bebek olduğunu ve onun ağlamasına neden olan gürültülü bir sesi hatırladı. O ağlamaya devam ederken nefes alamamış ve kaygı ve paniğe kapılmıştı. Yanında teyzesini ve eniştesini gördü ve onlar da dehşet içindeydiler. Evelyn, bir bebek olarak şaşkındı; teyze ve eniştesinin paniğe kapıldığını biliyordu, onların gerginliğini hissediyor, ama o yaşta neler olduğunu anlamıyordu.

Sonra Evelyn yüzlerce yıl önce yaşanan bir geçmiş yaşamı deneyimledi. Burada on iki veya on üç yaşlarında Afrikalı bir çocuktu. Çocuk, köydeki diğer çocuklarla birlikte köle ticareti yapan insanlar tarafından ele geçirilmişti. O hayattaki annesi halkın, büyük olasılıkla özel güçlere ve kuşkusuz şifa becerilerine sahip spiritüel lideriydi, ama bu çocukların köyden götürülmelerine engel olamamıştı.

Yine aynı yaşamda, Evelyn çocuğun, çizmeleriyle boğazına basan iki beyaz adam tarafından zapt edildiğini gördü. Adamlar tuhaf bir lisanda konuşuyorlardı. Sonra çocuk yakınlardaki bir aynayla birlikte geniş bir küvetin içinde "vaftiz edildi" ya da temizlendi. Küvet suyla doluydu ve çocuğu zorla küvete soktular. Su yüzüne yaklaştıkça çocuk nefes alamadığını fark etti. Bu, gerçekten dehşet vericiydi. Bu vaftiz olayı Afrika'dan ayrılmadan önceydi, dolayısıyla bu bilgi hangi kültürlerin bu uygulamaları yaptığını belirlemek açısından önemliydi. Bu köleler yeni ülkeye varmadan önce vaftizi şart koşmayan başka kültürler de vardı.

Bir sonraki anısı yine aynı çocuğa dairdi. Bu kez yirmi yaşlarındaydı. Bu tuhaf beyaz insanların kurallarını bilmiyordu ve beyaz bir kadına çok basit, önemsiz bir şey söylemişti. Aniden kollarından yakalanmış, elleri arkasında bağlanmış ve bir doğrama kütüğüne götürülerek öldürülmüştü. Evelyn çocuğun annesinin yüzünü gördü; anne belli ki çocuktan kısa süre önce ölmüştü. Annesi onunla konuşuyor ve derin bir huzur veriyordu. Bu genç adamın sakinleşmesini sağladı. Ardından başının gövdesinden ayrılışını gördü. Ama o – ruhu– iyiydi. Evelyn onu izleyen beyaz kadın ve erkeklerin yüzlerindeki tiksinti ve uzaklığı net bir şekilde görebiliyordu. Umursamadılar. "Çok barbarca," dedi Evelyn. "İnsanlar nasıl böyle şeyler yapabildiler?"

Çocuğun bilinci bulutlara yükseldi. Şimdi özgür, güçlü ve huzurlu hissediyor, en önemlisi nefes alabiliyordu. Başının kesilmesinden hemen önceki düşünceleri, "Bir daha asla nefes alamayacağım," olmuştu. Seansın sonunda, çocuğun bedeninin üzerine yükselip annesinin yüzünü gördüğünde ve o huzuru hissettiğinde, Evelyn bana sevinçten havalara sıçrayacak gibi olduğunu ve bunun kendini daha özgür, hafiflemiş ve mutlu hissettirdiğini söyledi.

Seansı bitirmeden önce, Evelyn mevcut yaşamından bir başka zamana, ağabeyiyle birlikte olduğu bir çocukluk anısına gitti. Ağabeyi onu bir su kaydırağına binmeye zorluyordu ve Evelyn ağzının suyla dolduğunu, nefes almakta güçlük çektiğini hatırladı. Bu, korkusunun yalnızca su değil, aynı zamanda nefes alamamak olduğunu doğruladı.

Seansımız sona erdikten sonra, Evelyn annesini aradı ve annesi Evelyn'in yaklaşık altı aylıkken ağlamaktan morardığını doğruladı. Annesi panik olmuş, ne yapacağını bilememiş ve kucağında Evelyn'le kardeşinin evine koşmuştu. Onlar Evelyn'i sakinleştirmişti ve sonunda bebek normal rengine dönmüştü. Her ikimiz de ters içinde kalmıştık; enerji, yoğunluk ve görsel ayrıntılar ve duygular bu regresyon seansı sırasında çok şiddetliydi.

Seansımızdan yalnızca birkaç gün sonra Evelyn üzerinde yıllardır sahip olduğu ilk mayosuyla bir havuzun içinde yürümeyi başardı. Korkacak bir şey olmadığını biliyordu. Bu korku eski zamanlardan geliyordu; şimdiye ya da geleceğe ait değildi.

Geçmişin olumsuzluklarını salıverdiğimizde ve geleceğe endişesiz gözlerle baktığımızda, zamanın kısıtlamalarından kurtuluruz. Mevcut ânın güzelliğinde ve özgürlüğünde yaşarız.

Köle olarak satıldığı geçmiş yaşamında, Evelyn ırkçı önyargının ve eşitsizliğin korkunç etkilerini birinci elden yaşadı. Bir

sonraki vakanın öznesi olan Gabriella da aynı konuda önemli dersler öğrendi.

• EŞİTLİĞE KUCAK AÇMAK •

Gabriella'yla ilk tanıştığımda, parıltıları görmemek imkânsızdı. Mücevherleri, pullu çantası ve parlak ayakkabıları, tanıdığım çoğu doktor bunları giymediğinden dikkatimi çekti. Açık renk teni, uzun sarı saçları ve mavi gözleriyle şık bir kadın olan Gabriella ışık saçıyordu. Ona dair her şey parıltılıydı. Seansa başlamak için sabırsızlanıyordu, heyecanı gözlerine yansımıştı.

Kısaca Gabriella'nın neden geçmiş yaşam seansına geldiğinden söz ettik. Hayatı boyunca içini saran sınava-girme anksiyetesini anlamak istiyordu. Üniversitedeyken önemli sınavlara deli gibi hazırlanırdı, ama sınav zamanı gelince anksiyete hep oradaydı. İkinci konu ise bir tek çocuk olarak her zaman en iyisi olmak için uğraşmak zorunda olduğunu hissetmesiydi. Her ne kadar doktor olmak istese de seçtiği alanda zirveye ulaşması için yoğun bir baskı vardı.

Gabriella geçmiş yaşama kolaylıkla geçti, ama bir pamuk tarlasının ortasında duran altı yaşındaki bir Afro-Amerikan çocuğun bedenine girdiğinde hayrete düştü. Benimle konuşurken sesi o küçük kızın sesi oldu. Onu şaşırtan teninin rengi değil; kıyafet diye üzerine giydiği pis paçavralardı. Ayakkabıları öyle eski ve yıpranmıştı ki ayakları görünüyordu. Bütün gün sıcak pamuk tarlasında olduğundan pislik içindeydi. Saçı atkuyruğu şeklinde toplanmış, kabarmış ve dağılmıştı. Gabriella kendini içinde bulduğu bedenin durumu karşısında ağlamaya başladı.

Başını kaldırdı ve yanında yine teni kömür renginde iri bir kadın gördü. Annesinin dolgun yanaklarını ve huzurlu tebessümü onu da sakinleştirdi, gülümsetti. Annesi kızına baktı, ona "Sugar" diye hitap etti ve pamuk toplamaya devam ederken sıcaktan dert yandı. Gabriella bu kadının mevcut yaşamında, çok yakın bir ilişkileri olan büyükannesi olduğunu fark etti.

Jamestown, Virginia'da 1800'lerin ortalarıydı. Sugar ve annesi ve onlar gibi pek çok insan, arazinin sahibiyle ailesinin yaşadığı büyük bir evin arka tarafındaki kulübelerde yaşıyorlardı. Anne bütün gün pamuk tarlalarında çalışıyordu. Sugar babasının nerede olduğunu bilmiyordu, onu hiç görmemişti. Orada yaşamayı sevmiyordu. "Annem beni acımasız, sürekli üzerime tüküren beyaz insanlardan koruyor. Ama hepsi böyle değil. Beyazlar – onlar daha iyi olduklarını düşünüyorlar, ama değiller. Beni görmezden geliyor ve anneme saygısız davranıyorlar, ama Lily'nin annesine ve babasına öyle değiller."

Lily Williams, pamuk tarlalarının sahiplerinin küçük kızıydı. Altın gibi sarı saçları, mavi gözleri ve açık teni vardı. En sevdiği renk maviydi, bu yüzden annesi ona hep mavi elbiseler giydirir, saçına mavi kurdeleler takardı. O ve Sugar aynı yaştaydılar. Lily, kulübelerde yaşayan çocuklarınkinin aksine tertemiz, renkli giysiler giyerdi. Sugar ise temiz, renkli elbiseler giymek, öndeki evde yaşamak ve Lily ve ailesi gibi kabul görmek istiyordu.

Bayan Anna, Lily'nin annesi, Sugar'a karşı çok nazikti. Kızların nehrin kenarında birlikte oynamalarına izin veriyordu. Birlikte ağaca bağlanmış halatlara tutunup suya atlıyor, bazen de küçük kızların yaptığı gibi el ele tutuşup koşuyorlardı. Ama Sugar etrafta başka beyaz insanlar varken bunları yapamayacağının farkındaydı. "Biz aynı şeyleri seviyoruz," diyordu Sugar ağlayarak. "Ben yalnızca koyu tenliyim. Koyu ten benim

eşit olmadığım anlamına gelmez. Lily'nin ailesi bana kendimi kötü hissettirmiyor. 'Sadece başkaları bilmesin,' diyorlar."

Kızlar büyüdükçe Sugar Lily'nin elinde kitapları, üzerinde güzel elbiseleriyle okula gidişini izledi. O da Lily'yle birlikte gitmek istedi, ama böyle bir şeye asla izin verilmeyeceğini kabul etmek zorundaydı.

Büyük ev, geniş bir arazi üzerine kurulu tuğladan yapılma bir sömürgeydi. Genelde o dönemin varlıklı ailelerinin evlerinde rastlanan büyük, zengin mobilyalarla döşenmişti. Lily orada annesi, babası ve evle ilgilenen kölelerle birlikte yaşıyordu. Bayan Anna sade görünümlü, sık sık rahatsızlanan, tatlı bir kadındı. Her zaman Sugar'a sevgi dolu gözlerle bakardı. Lily'nin babası, iri bir adam olan Bay Don Williams kalın, kır saçlarını atkuyruğu şeklinde toplardı. Varlıklıydı ve hem pamuk tarlalarının hem de orada çalışan kölelerin sahibiydi. Don Williams evde oturup yemek yerken Sugar cam kapıdan onu izlerdi. İçeri girmesi yasaktı, ama sabırlı bir şekilde orada durur, Lily'nin dışarı çıkmasını beklerdi. Eşi gibi Bay Don da Sugar'a karşı sevecendi. Çocukların birlikte oynamalarına izin verir, hatta Sugar'ın okumayı öğrenmesine yardım ederdi.

Kısa süre sonra Bayan Anna'nın sağlığı kötüleşti ve genç kadın öldü. Ardından Bay Don ırkların karışmasına inanmayan ve kızların artık birlikte oynamalarına ve okumalarına izin vermeyen muhafazakâr bir Güneyli kadınla evlendi (Gabriella üvey annenin şimdiki yaşamındaki annesi olduğunu fark etti). Sugar ihmal edilmenin, görünmemenin, yokmuş gibi hissetmenin ne demek olduğunu bilerek büyüdü. İnsanların sırf ten rengi yüzünden ona bu şekilde davranmaları onu öfkelendiriyordu, ama yerini biliyor, öfkesini ifade ettiği takdirde başına gelecekleri biliyordu. Biri olmak, bir fark yaratmak, büyük evde yaşamak, kabul görmek için büyümek istedi. Okumayı

öğrenmek onun için paha biçilmez bir değer olacaktı.

Bay Don ve Lily ona gizlice eğitim verdi. Sugar, çok tatlı bir kadın olan Bayan Anna'yı özlüyordu. Üvey anne öğrenmesin diye dersler hep gizli tutuldu. Sugar ders çalışmayı çok sevdi ve her şeyi annesiyle paylaştı. Annesi kızı okumayı öğrenecek kadar zeki olduğu için onunla ne kadar gurur duyduğunu söylerdi. Sugar kendi ayakları üzerinde durmak, görünmeyi ve işitilmeyi takdir etmeyi öğrenen hevesli bir çocuktu.

Zaman değiştikçe Sugar da değişti. Diğer pek çok kadın ve kızla birlikte bir kadınlar protestosuna katıldığında, sesini duyurmanın gücünü hissetti. "Doğru olan doğrudur, yanlış olan yanlış," dedi düşüncelerini söylemekten korkmadan. "Kadınlar seslerinin duyulmasını hak ediyor. İşitilmeyi hak ediyorlar."

Bay Don Sugar'a özgürlüğünü verdi ve Sugar pamuk tarlalarındaki eğitimi sayesinde bir tıp fakültesine kabul edildi. Virginia eyaletindeki ilk siyahi kadın doktorlardan biri olarak mezun oldu ve Washington, D.C. yakınlarında bir klinik açtı. Tıpkı "diğerlerininki" gibi bir evi ve her zaman hayalini kurduğu elbiseleri oldu. Kapıları, parası olsun olmasın, tedaviye ihtiyaç duyan herkese açıktı. Onun için herkes eşitti. Eşitlik onun için, tıpkı hayatı boyunca bunun savaşını vermiş hastam Gabriella için olduğu kadar önemliydi: cinsiyet veya ırk farkı gözetmeksizin eşitlik.

Sugar eğitimsiz bir çiftçiyle evlendi. Bu onun için önemli değildi; onu sevmişti. Birlikte üç çocuk büyüttüler. Sugar, seksen altı yaşında ölene dek doktorluk yaparak ve insanların hakları için savaşarak uzun bir hayat yaşadı. O hayatı sonlandırmak için hazır hissetmese de bedeni tükendi.

Sugar ışığa geçtiğinde, pek çok insan tarafından karşılandı. Aralarında, onu teselli etmek için kollarını açan annesi de vardı. Rehberi ona, yapmak üzere doğduğu şeyi yaptığını,

adalet ve insan hakları için savaştığını söyledi. Maddi durumu ya da ırkı ne olursa olsun, kadınların her şey olabileceğini, her şeyi yapabileceğini kanıtlamıştı. O, eşitliğin her iki tarafında yaşayarak ve ten rengine bağlı olarak ayrımcılığa maruz kalmanın nasıl bir duygu olduğunu bilerek büyümüştü. Ayrımcılığın onu durdurmasına izin vermemiş ve pek çok beyaz kadının bile doktor olarak çalışmadığı bir toplumda eğitimli bir siyahi olmayı başarmıştı. Ve mevcut yaşamında Gabriella olarak insanlara yardım etmeye devam etmektedir. Onun hastaları onun cesaretini hisseder ve başkaları ten renklerinden dolayı onlara kulak asmazken Gabriella onları dinlediğinde kendilerini güvende hissederler. Bu, ırkçılığın kalıntısal etkilerini yok etmeye yardımcıdır.

Gabriella'nın rehberi, şimdi mevcut yaşamında, özeleştiriden kurtulmanın zamanının geldiğini ortaya koydu. Ruhunun alması gereken ders önyargısızlıktı, ancak hâlâ Gabriella yargılandığını ve her zaman kendini kanıtlamak zorunda olduğunu hissediyordu. Bu, sınava gireceği zamanlarda endişelerini artırıyordu; tıpkı Sugar'ın tıp fakültesinde okumak için sınava gireceği zaman hissettiği gibi.

Rehber, Gabriella'yı bir başka yaşama daha götürdü. Bu kez varlıklıydı ve bir İrlanda kalesinde yaşıyordu. Orada pek çok ırktan farklı insanlar bir aradaydı. Açık beyaz tenliydi ve güzel kıyafetler giyiyordu ve krallığında insanlara eşit davranıyordu. Onun için krallığında çalışanların ikinci sınıf vatandaş olmadıklarını, herkesin ten renkleri ne olursa olsun aynı olduğunu bilmeleri önemliydi. Bu kadın adalet ve eşitlik konusunda ısrarcıydı. Gabriella, her ne kadar özgürlük ve eşitlik temaları baskın olsa da tüm yaşamlarında Sugar olarak karşılaştığı zorluklarla karşılaşmadığını öğrendi. Ruhu her iki uç noktayı da yaşamıştı ve Gabriella şimdi önyargısız bir

şekilde dengeyi bulabilirdi.

Bu seansın ardından Gabriella coşkuluydu. Pamuk tarlalarına olan gelip geçici bir ilginin ötesindeki güçlü merakından bahsetti. Mevcut yaşamında Güney'de yaşayan genç bir kız olarak kalbi evinin yakınlarındaki pamuk tarlalarında çalışan insanlar için sızlardı. Ama bu kez, ona birinci sınıf bir eğitim, güzel kıyafetler ve Sugar olarak sürdürdüğü hayatında sahip olmadığı tüm konforları sağlayabilecek bir ailede doğmuştu. Gabriella güzel kıyafetleri ve mücevherleri sevdi, ama onları alacak parası olmayan insanları asla kınamadı. Daha çocukken, daha sonra üniversitedeyken ve bir doktor olduğunda, azınlıkların dışlandığını ya da olumsuz muameleyle karşılaştıklarını gördüğü her an eşitlik için savaştı.

Gabriella ve ailesi (tamamı Sugar olarak yaşadığı hayatta da mevcuttu), Williamsburg, Virginia'ya karşı özel bir yakınlık duyar ve düzenli olarak orayı ziyaret ederler. Tuhaf bir şekilde, pamuk tarlalarında Sugar'ın annesi olan annesi ona her zaman "Sugar" diye hitap eder.

Şimdi Gabriella'nın sınav anksiyetesi de farklıdır, çünkü o hazır olduğunu ve anksiyetenin içeriği bilmemekten değil, Sugar olarak bir zamanlar bir sınıfta oturduğu ve ten renginden dolayı yargılandığı bir yaşamdan geldiğini bilir. Bunu bilmek onun anksiyeteyi "durdurmasına" ve yavaş yavaş geçmişte olan etkisini hafifletmesine olanak verdi.

~ Bryn Blankinship

Hepimiz aynıyız. Hepimiz her ırktan, her dinden, her renkten, her iki cinsiyetten ve pek çok ulustan olduk, çünkü tüm taraflardan ders almalıyız. Öldüğümüz zaman bedenlerimizi geride bırakmamız, onların ten renklerini, cinsiyetlerini ve

belirleyici niteliklerini de geride bırakmamız anlamına gelir. Bizler ruhuz ve ruhlar bu tip harici ve geçici karakteristik özellikler barındırmazlar. Her insan bu kavramı anlayabilseydi, ırkçılık ânında kaybolurdu.

Hiçbir ruh bir diğerinden üstün değildir.

Ne yazık ki masum çocuklar bile ırkçılıktan ve önyargıdan muaf tutulmazlar. Genç bir kız olarak Sugar'ın okula gitmesi ve arkadaşıyla oynaması önlendi. Sıradaki hikâyenin yazarı Donna, toplama kamplarında bir çocuk olduğunu anımsadı. Sevgi derslerini öğrenmek için daha kaç hayat yaşamamız gerekiyor?

• ÇOCUKLUK BAĞLANTILARI •

2011 yılındaki bir regresyon sırasında, bizi bir çocukluk anısına götürdünüz. Bize ne yapacağınızı anlatırken ben küçük kardeşlerimden birinin hastaneden eve getirildiği bir anıya gideceğimi düşündüm. Ama oraya gitmedim. Gittiğim yer dört yaşımda olduğum, bir diğer kardeşim Debra'yla birlikte bademciklerimizin alındığı bir zamandı. Hastanedeydik ve gazla uyutulduk. Birkaç gün boyunca dondurma ve jöle yedikten sonra taburcu edildik. Hastaneden ayrılmak için tekerlekli sandalyeyle çıkarılmamız gerekti. Ağladım ve sandalyeye oturmayı reddettim. Annem beni, sandalyeye oturmadığım takdirde eve gittiğimde popoma şaplak yiyeceğimi söyleyerek tehdit etti. Şaka yapmamıştı.

Bize, çocukluk anımız konusunda yardımcı olacak bir yaşama geçmemizi söylediniz. Bir anda her şey gri oldu. Hiçbir şey göremedim. Etrafımın sarıldığını hissettim. Sekiz yaşımdaydım. Bizden ayaklarımıza bakmamız ve ne tip bir ayakkabı giydiğimizi görmemiz söylendi. Baktım, ayaklarım

çıplaktı. Bir tekerlekli sandalyenin üzerinde bir gaz odasına götürülüyordum. Bu hayattan tanıdığımız herhangi biri olup olmadığını sorduğunuzda, kimsenin yüzünü görmedim, yalnızca başlarının arkasını. Ve ağladım.

Çok aktif bir çocuktum, o yüzden çocukluğumda tekerlekli sandalyelerin beni neden bu kadar korktuğunu her zaman merak etmiştim. Neler olduğunu bilmeme yardımcı olduğunuz için teşekkür ederim. Seminerlerinizden keyif aldım ve her seansta başka bir yaşama geçtim. Kararlarımı ve yolumu şimdi daha iyi anlıyorum.

~ Donna Offterdinger

Hepimiz geçmiş yaşamlarımızdan korkular, fobiler, yetenekler, meraklar ve ilişkiler getirdik. Donna'nın durumunda, dört yaşındayken tekerlekli sandalyeye verdiği tepki ve geçirdiği panik atak için hiçbir rasyonel sebep yoktu. Her zaman neden bu kadar korktuğunu merak etmişti. Verdiği tepki mantıklı değildi. Gaz odasına götürülürken oturduğu tekerlekli sandalyeyle olan bağ kurulduğu anda, davranışının sebebi anlaşıldı. Fobi yok edildi ve bir daha asla dönmeyecek.

Donna'ya benzer bir geçmiş yaşam deneyimleyen Gail, her türlü tedaviye direnen şiddetli insomnia semptomları gösteriyordu. Regresyon sırasında, kendini bir çocuk olarak toplama kamplarında buldu. Oraya götürülmeden önce, Naziler ellerinde makineleri silahlarla evine girmişlerdi. Panik içinde uyanmış ve Nazilerin anne ve babasını öldürdüğünü görmüştü. Ergenlik çağında bir genç olarak çocuklar kampında öldürüldü. Gail gardiyanlarına hizmet ediyor ve "çenesini tutuyordu" çünkü yapmak zorundaydı, ama ölümüne giderken bunu korktuğunu belli etmeden ağırbaşlı bir şekilde yapmıştı.

Bu travmatik yaşamı hatırladıktan kısa süre sonra Gail'in uyku zorluğu kayboldu ve bir daha dönmedi. İnsomnia rahatsızlığı çözümlendi, çünkü Alman askerlerinin eve girmesiyle ani ve dehşet verici bir şekilde uyanışının bu hayattan değil, geçmiş bir hayattan olduğunu biliyordu. Sorununun başlangıcı ya da kaynağı bilinç seviyesine çıkarılmış; geçmiş yaşam yarası iyileşmişti. Gail artık çenesini tutmadan ya da korkularını bastırmadan aklından geçeni –gerçekleri– söyleyebiliyor. Bunun da geçmiş yaşamdan kalma olduğunu biliyor. O artık özgür.

Bir sonraki hikâyenin yazarı da çenesini tutmak ve otoritedeki insanlara kafa tutmakla ilgili bu dersleri öğrenmek zorunda kaldı. Şimdi o da özgür.

• KÖLELİĞİ AŞMAK •

Bu nasıl ben olabilirim, diye sordum kendime. İncelediğim kadın, asla kendim olarak tanıyamayacağım biriydi. Bedeni çok zayıf ve buruşuktu. Üzerinde, hayalet gibi görünen bedenini örten, bel kısmında bir ip bulunan çuval bezinden yapılma bir tunik vardı. Seksen yaşında gibi görünüyordu, ama büyük olasılıkla kırklı yaşlarındaydı. Bariz yoksulluğuna rağmen, parmağında üzerinde lacivert, ay şeklinde bir taş olan altın bir yüzük vardı. Bu hayata genç, güzel, kızıl-sarı saçları olan bir kız olarak başladım. Yaşamın zorlukları ve yalnızlık bir hayatta ancak bu kadar değişim yaratabilirdi.

Bu kız bahçelerde ve tarlalarda ata binmeyi çok severdi. Annesi öldüğünden ve babası da yanında olamadığından özgürce ata binerdi. Onu fethetmek için acımasızca çalışan erkeklerin bilincinde değildi. Kendi de genç bir adam olan kasabanın diktatörü onu kaçırttı. Atı vahşice öldürüldü. Genç

kadının hayatı bir gecede sonsuza dek değişti.

Onu kaçıran adam, David, kasabada nüfuzlu bir adamdı. Onu hamile bıraktıktan sonra düğün seremonileri kasabadaki bir görevli tarafından gerçekleştirildi. Diğer erkekler olaya tanıklık etmek ve onları bu nikâha müdahale edebilecek diğer insanlardan korumak için etraflarını sardılar.

Bebek doğar doğmaz ondan alındı. Kadın, bir başkasının ilgisini çekmeyecek kadar sağlıksız bırakılana kadar tutsak edildi. David'in kölesi olarak geçen yaşamı, David'e bağlı olan herkesin takmak zorunda olduğu mavi taşlı yüzüğüyle simgelenmişti.

David'in kuryesi oldu. Değerli eşyalar taşıdı, ama toplumda öyle dışlanmıştı ki kimse onun ne taşıdığını umursamıyordu. Cüzamlı muamelesi görüyordu. Kasaba halkı her zaman yoksulluğu ve köleliğiyle dalga geçmenin bir yolunu buluyordu. David'in arazisinde bulunan bir kulübede yalnız olduğu zamanları seviyordu; bu, toplumsal aşağılanmadan ve en kötüsü fiziksel şiddet tehditlerinden uzaklaşmasını sağlıyordu. Her ne kadar kulübesi odada yaktığı ateşi dondurucu rüzgârlardan ve sisten korumasa da ateş açlıktan donan bedeni için takdirle karşılanan bir lükstü.

Görevleri arasında en zor olanı, taşıyacağı eşyaları David'den almaktı. İşkence için kullanılan küçük yaratıkların bulunduğu ahırları geçmek zorundaydı. Bu hayvanların sürekli dayak yediğine ve ıstıraplı ampütasyonlara maruz kaldığına tanık olmuştu. En kötüsü, çektikleri acıyı görmek, ama artık onu, o hayvanları serbest bırakmak için yeterince motive edecek empatiyi hissetmiyor olmasıydı. Kendi çektiği acılar onu insanlıktan çıkarmış, vasat bir varoluş seviyesine indirmişti.

Diktatörün odasına geldiğinde, mavi taşlı yüzüğünü gösterdi. Aşağılanmayı bekleyerek diz çöktü. Bu, sıradan ve kaçınılmaz bir şeydi. Gördüğü şiddet ve yaşadığı dehşetli olaylar

artık onu etkilemiyordu. Hayatı gerçek anlamda bir kurbanın hayatıydı. Karşı koymadıkça hiçbir seçenek ya da kaçış yoktu, karşı koymaksa ölüm demekti.

Hayatının son anlarında, onu kulübede yaktığı ateşin önünde çömelirken gördüm. Açlıktan böbreklerinin ve diğer organlarının iflas etmeye başladığını görüyor ve hissediyordum. Ateşin yanına yığıldı ve kalbi durdu. Bu, ölmenin zavallı, adaletsiz ve görünmez bir yoluydu.

O bedenden ayrıldığımda, bu bedenin içerdiği zihinsel esareti görebiliyordum. Savaşmaktansa kötü işler yapmanın daha iyi olduğuna inanmıştım. Savaşmanın ve ölmenin, esaret altında yaşamaktan daha iyi olduğunu öğrendim. Dahası, diktatöre boyun eğmek onun daha çok güçlenmesine neden olmuştu. Savaşarak kaybedecek hiçbir şeyim yoktu. Her şekilde ölecektim.

O hayattan ve mevcut yaşamımdan tanıdığım karakterler, ben on dokuz yaşındayken ölen annem ve çocukluğumun büyük bölümünde duygusal anlamda erişilmez ve kopuk olan babamdı. Diktatör, onunla birlikte yaşadığımız altı ay boyunca kızıma ve bana karşı duygusal ve fiziksel anlamda şiddet uygulayan ikinci kocamdı.

O yaşamda öğrendiğim ders, genç ve güzel olmanın doğal bir şey olduğuydu.Genç insanların desteğe, rehberliğe ve yetişkinlerin dünyasıyla karşı karşıya kaldıklarında korunmaya ihtiyaçları vardır. Esaret altında yaşamaktansa savaşmanın daha iyi olduğunu öğrendim. İtaat, yavaş bir ölümdür.

Bu hayata taşıdığım şeyler, hayvanlara ve toplum tarafından dışlanan insanlara karşı derin bir sevgi ve empatidir. Hayatımın yirmi beş yılını şiddet gören ve engelli çocuklar için bir avukat olarak çalışarak geçirdim. Tek evladım olan kızımla derin bir bağ kurdum. Esaret eden durumlardan uzaklaşma tercihini takdir ediyor ve her birimizin tecrübelerimizle –geç-

miş ve mevcut tecrübelerimizle– şekillendiğimizi bilerek tüm insanlara karşı merhamet duyuyorum.

~ Alice

Alice'in geçmiş yaşamından gelen borçlar, David ve onun destekçilerine bir yükümlülük olacaktır. Hayvanlara ve insanlara şiddet uygulamak, işkence yapmak, onları aşağılamak ve öldürmek, çözümlenmesi gereken karma yaratır. Onlar Alice'e ve diğerlerine yaptıkları kötülüklerin hesabını vermek zorunda kalacaklar. Bizim derslerimiz merhamet ve şefkattir, nefret ve şiddet değil. Bizler gerçekte spiritüel varlıklarız.

Kendinizi spiritüel yolunuza döndürmek ve bu dersleri öğrenmek için asla geç değildir. Şu an her neredeyseniz, bu yalnızca zamanda bir noktadır ve gelecek çok yüzlüdür; sizle birlikte değişir ve büyür. Geçmişte nasıl davranmış olursak olalım, her an, birbirimize özenle ve anlayışla davranmak için yeni bir fırsat sunar. David bile, gaddar hâkimiyetinin zirvesindeyken daha şefkatli bir insan olmaya, yüreğini açmaya, anlayışını artırmaya, sevgiyi seçmeye karar vermiş olabilirdi. Bunlar hepimizin çok iyi bildiği, ama her zaman uygulamaya koymadığı şeylerdir. Egosuyla ya da tamamen aklıyla hareket eden bir insan yolundan çok uzaklara sürüklenebilir, ama kalbiyle hareket eden bir insan yolundan şaşmaz, çünkü aktif olan açık bir kalptir. Sevgi yolunu seçin; o sizi asla şaşırtmaz.

En zor yaşamlar genelde hızlandırılmış bir spiritüel büyüme için fırsat sağlarlar. Böyle yaşamlar otomatik olarak geçmişten olumsuz karma getirmezler. Belki de daha çok ilerlemek için zor yaşamı siz seçersiniz. Alice'in kurye olarak hayatı çok zor ve ağırdı, ama paha biçilmez bir bilgeliğe erişti ve mevcut enkarnasyonunda üstün bir empati, merhamet ve sevgi dolu

bir hizmet sunmaktadır. En güzel çiçekler genelde soğukla, ıslak çamurla gizlenen ve beslenen tohumlardan yükselir.

Yakın zamanda yaptığımız beş günlük bir atölye çalışmasında, Stacy isminde bir kadın bana henüz herhangi bir geçmiş yaşam ya da çocukluk anısı deneyimlememiş olmasına rağmen güçlükle nefes almaya başladığını söyledi. Havadaki, çimlerdeki ya da çiçeklerdeki polenlerden ya da diğer antijenlerden etkilenmiş olabileceğini düşünmüştü. Yoğun atölye çalışmasını yaptığımız New York Hudson Vadisi'ne yeni gelen yaz sıcaklığında çiçek açan ağaçlar da etkili olabilirdi. Ayrıca bana bir astım geçmişi olduğunu söyledi. Ben, başka faktörlerin etkili olabileceğini düşündüm ve bunun üzerine grubun önünde regresyon terapisi yapmak için onu seçtim. Regresyon sırasında söylediği sözleri duyabilmek için bir başka gönüllüden mikrofonu Stacy'nin ağzına doğru uzatmasını istedim. Ben hipnoz sürecine başlarken Alabama'dan bir cerrah olan bu adam oturduğu sandalyede öne doğru uzandı. O sırada, "rastgele" seçtiğim, Stacy'nin yanında oturan bu mikrofon tutucusunun bir konuşma terapisti ve solunum rahatsızlıklarında bir uzman olduğunu bilmiyordum.

Stacy'nin ilk anısı, genç bir kızken boğazına bir elma parçasının takılmasıydı. O sırada paniğe kapılmıştı, ama annesi, elmanın midesine inmesine yardımcı olmak için ona ekmek yedirdi. Bu, durumu iyileştirmedi ve belki de daha da kötüleştirdi. Küçük kız nefes alamadı ve daha çok dehşete kapıldı. Sonunda annesi onu ayak bileklerinden tutup havaya kaldırdı ve sertçe sırtına vurup elmayı takıldığı yerden çıkardı. Stacy'ye, elma gırtlağından çıkmadan hemen önce kendini nasıl hissettiğini sordum.

"Ölümüne korktum," diye yanıtladı.

Bu ifade, geçmiş yaşamını açığa çıkarmak için kullandığım

bir köprü oldu. "Daha önce hiç 'ölümüne' korkmuş muydun?" diye sordum. Yanıt çabuk geldi.

Bir sandaldan nehre düşen on bir yaşında bir çocuktu. Akıntı onun sandala ulaşmasına engel olmuş, kıyıdan iyice açıklara götürmüştü. Sonunda bitkin düşüp daha fazla yüzememişti. Etrafta yardım çığlıklarını duyabilecek kimse yoktu. Küçük çocuk nehrin sularını yutarak boğuldu.

Stacy hızlı ve kesik kesik nefes alıyordu, ama çocuğun bilinci bedeninin ve gölün üzerine süzüldüğünde, Stacy'nin nefesi de tamamen değişti. Şimdi hiçbir zorluk çekmeden, rahat ve sakin bir şekilde nefes alabiliyordu. Onu uyandırdığımda, nefes alıp verişi sakinledi ve izleyiciler ona boğazına elma takılan kız ve nehirde boğulan çocukla ilgili sorular sorarken bile nefesinde bir değişiklik olmadı. İçinde, solunum sorunlarının tekrar yüzeye çıkmayacağına dair güçlü bir his vardı.

Mikrofonu tutan konuşma terapisti de bu çarpıcı değişimleri fark etmişti. Klaviküler solunumun diyafragmatik solunuma dönüştüğünü söyledi. Cerrah bunu doğruladı.

Geçmiş yaşam sonuçları, mevcut hayatlarımızdaki fobi ve koşullara ışık tutar. Kaynakları hatırlandığı anda, benzer durumlar sizi "ölümüne korkutmamaya" başlarlar.

Renata'nın hikâyesi bu kavrama daha çok destek sunmaktadır.

• KORKUDAN MEMNUNİYETE •

Geçmiş bir yaşamda çok erken yaşlara dair anılarım oldu ve içgüdüsel bir şekilde, bu deneyimleri herhangi biriyle paylaşmanın pek de akıllıca olmayacağını fark ettim.

1952 yılında İtalya'da doğdum ve bir kıyı kasabasında yaşadım. Annem beni, tuhaf beton yapıların arasından geçerek

ulaştığımız plaja götürürdü. Bazı dar basamaklardan çıkmak, büyük bir koridordan geçmek ve plajın diğer tarafına inmek zorundaydık. Bu koridorun iki yanında bir korkuluk, insanların daha alçak seviyelerde endüstriyel yapılara ulaşmasını önlemek için yapılmış teller vardı. Çok küçük olduğumdan buraya dair net bir şey söyleyemem. Bir tür elektrik üretim tesisiydi. Yıllar sonra anneme bu yapının ne zaman yıkıldığını sorduğumda, 1954 yılı olduğunu söyledi. Demek ki orayı gördüğümde daha iki yaşındaydım.

Oradan her geçtiğimizde tuhaf bir şey hissederdim. Çok huzursuzdum, ama aynı zamanda bu duygu çok yoğun ve büyüleyici olduğundan oraya gitmek için çok heveslenirdim. Yaz aylarında hava çok sıcak olurdu, çünkü güneş doğrudan doğruya betonu ısıtırdı. Oradan geçtiğimde, zihnimde bir film dönerdi: plaja doğru koşan bir adam ve bir kadın, kadın önde, adam biraz daha geride. Kadın koyu renk elbiseler giymişti ve uzun, kıvırcık saçları vardı. Onların bir şeyden kaçtıklarını ve hayatlarının tehlikede olduğunu bilirdim. Bir şekilde ve iki yaşını henüz doldurmamış bir çocuğun bunu nasıl bildiğini bilmiyorum, ama ben o kadındım ve orası Kuzey Afrika'ydı.

Ayrıca sürekli tekrarlanan rüyalarım, daha doğrusu kâbuslarım vardı. Birinde gri bir deniz ve aniden yükselip beni içine çeken bir dalga görürdüm. Bazen kumsaldaydım, bazen beton iskelenin kenarında, ama duygu her zaman yoğun bir panikti ve ben uyanırdım. Ergenlik çağıma geldiğimde kâbuslar hâlâ devam ediyordu ve yavaş yavaş daha çok ayrıntı belirmeye başladı: kasvetli bir plaj, ellerinde silahlarla peşimizden koşan koyu renk üniformalı adamlar, yanımdaki kişiyle birlikte suya girişimiz. Kurşunlardan korunmak için suyun altından yüzdüm, ama dalgalar giderek yükseldi ve sonunda iskelenin altında nefes almama olanak verecek boşluk kalmadığından boğularak öldüm.

Kıyafetlerimle tuhaf bir sorunum vardı. Annem bana bir sürü kıyafet dikmişti, ama bunun sebebi terzilik okumuş olması değil, benim hiçbir hazır kıyafette bulunmayan uzun fermuarlara ihtiyaç duymamdı. Bir kazak giydiğim takdirde, başımdan geçirmek için bana yardım etmesi ve yaka kısmını yüzümden uzak tutması gerekiyordu. Bir keresinde bir terziye gittik ve annem ona bu sorunumdan bahsetmeyi unuttu. Kadın elbiseyi başımdan geçirdiğinde panik oldum ve ağlamaya başladım. Kollarımı çılgınca havada savuruyor, nefes alamıyordum.

Yazları deniz kenarına giderdim ve yüzmeyi öğrenmiş olmama rağmen her zaman kumun üzerine uzandığımda temkinliydim, çünkü mantıksız bir şekilde, aniden bir dalganın çıkıp beni içine çekeceğinden korkardım. Bu sebepten asla sırtımı denize dönüp yatmadım. Bir keresinde, on sekiz yaşlarımdayken denize normalden daha yakın bir yerde yatıyordum ve uzun bir dalga bir arkadaşımın havlusuna kadar yaklaştı. Arkadaşım güldü; ben dehşet içinde kalakaldım.

On dokuz yaşıma geldiğimde üniversiteye kaydoldum. Bir gün, öğle arasında fakülte kütüphanesine gittim. Kasım ayıydı ve hava tuhaf bir şekilde ılıktı, bu yüzden tüm pencereler açıktı. Masalar çok büyüktü ve üzerleri, etraftaki nesneleri yansıtan büyük camlarla kaplıydı. Aniden, aklım başka bir yerdeyken ve ben arka planda uğuldayan havalandırmanın sesiyle kendimden geçmiş bir halde masanın üzerinde duran notlara ve kitaplara bakarken yüzümün yansımasını gördüm – ama bu benim yüzüm değildi, en azından tanıdığım yüzüm değildi. Bendim, ama ben başka biriydim. Karşımda yine o yirmili yaşlarının sonlarında ya da otuzlu yaşlarının başlarındaki o uzun kıvırcık saçlı ve kahverengi gözlü kadın vardı. Oda farklı, daha küçüktü ve büyük bir vantilatör dönüyordu. Karşımda benimle konuşan iyi niyetli bir Fransız polisi duruyordu. Bize

kaçmak zorunda olduğumuzu, çünkü Gestapo'nun isimlerimizi öğrendiğini söyledi. Sonra plaja, korkumuza ve ölümümüze dair daha ayrıntılı bir geçmişe döndüm. Bu deneyim çok güçlüydü ve beni çok şaşırttı.

Bu olaydan sonra eylül ayı başlarında bir gün, deniz kenarında oturan bir arkadaşımı ziyarete gittim. Bir sebepten dolayı o gün kıyafetlerimi çıkarmadım ve kıyıda sohbet edip gülerek yürümeye başladık. Deniz İtalya'nın o bölgesinde sığdır ve uzun sahil şeridi ara ara taşlardan yapılma küçük iskelelerle bölünmüştür. Oraya yürüyor, arkadaşımla şakalaşıyordum. İki tez sunduğum bir toplantıdan henüz dönmüştüm ve ona tezlerim olumlu tepkiler aldığı için ne kadar mutlu olduğumu anlatıyordum. Kendimi hafiflemiş ve coşkulu hissetmiştim. Aniden, o taşlıklı yapılardan birine ulaştık ve orayı geçmek için, suyun ayak bileklerimize kadar yükseldiği yerden dolanmamız gerekti. Bu yapının en dış kısmına ulaştığımda, bedenim durdu; kendimi kontrol edemiyordum ve zihnim sessiz bir panikle doldu. İlerleyemiyordum; oraya öylece kaldım ve konuşamadım. Daha sonra arkadaşım bana hayalet gibi bembeyaz olduğumu söyledi. Bana doğru yaklaştı, beni yavaşça yakınlardaki bir taşa doğru götürdü ve bir süre oturdum. Söyleyebildiğim ilk sözler, "Demek ki doğru," oldu. Doğal olarak arkadaşım neden bahsettiğimi anlamadı ve ben açıklamak zorunda kaldım.

Birkaç yıl boyunca reenkarnasyon fikrini aklımdan atmaya ve geçmişte olan şeylerin belirli bir anlamı yokmuş gibi davranmaya çalıştım. Bu deneyim beni çok etkilemişti. Sanırım bunu tetikleyen şey, tamamen giyinik olmamdı. Suyun yalnızca birkaç metre ötesine uzanan kayalar, daha büyük ve daha korkutucu bir iskeleyi anımsatmaya yetmişti. Bu deneyim öyle şiddetli, öyle beklenmedik ve öyle durduk yere gelmişti ki

reenkarnasyon üzerine tüm eski kitaplarımı aldım, hatta daha fazlasını aldım ve tekrar okumaya başladım.

Bu deneyimler tüm hayatımı o veya bu şekilde şekillendirdi ve yönlendirdi. Kişisel ve profesyonel araştırmalarımı reenkarnasyon, sembolizm ve öteki dünyaya yolculuk konularına adadım. Doktoram, öteki dünyaya bir ortaçağ yolculuğu çalışması üzerineydi ve ben hipnotik regresyon üzerine kitaplar okumaya başladım ve benim gibi düşünen arkadaşlarımla birlikte farklı teknikler denedim. Bir hipnoterapi uzmanı oldum ve geçmiş yaşam regresyonlarında uygulanabilecek daha ileri teknikler inceledim ve şimdi birkaç yıldır Londra'da kendi özel hipnoterapi merkezimi işletiyorum. Her ne kadar hipnoterapinin çözmeye yardımcı olabileceği her türden sorunla ilgileniyor olsam da geçmiş yaşam regresyonlarının müşterilerimle en sık kullandığım teknikler arasında olduğunu söyleyebilirim.

~ Renata Bartoli

Renata'nın son derece güçlü ve ısrarcı olan anıları, hayatını ve çalışmalarını, geçmiş yaşam regresyonlarını kullanarak başka insanlara yardımcı olmaya adamasını sağladı. Tecrübelerinin gerçek olduğunu biliyordu. Geçmiş yaşam travmalarının şimdiki hayatta yol açabileceği korkuyu ve şoku net bir biçimde hissetmişti ve şimdi pek çok insanın benzer semptomları aşmasına ve salıvermesine yardım ediyor.

Elbette tüm regresyonlar, hipnotik teknikler kullanmanın bir sonucu değildir. Renata suyun yakınlarında veya içindeyken tekrarlanan rüyalarda ve hatta geçmiş bir yaşamdaki yüzünü gördüğü bir kütüphanede geçmişe dair görüntüler görmüştü. Bilinçaltı, ona mevcut yaşamını iyileştirmek ve sonra onu ruhunun çalışmasına yönlendirmek için ihtiyaç duyduğu bil-

gileri ve araçları verdi. Renata zihninin verdiği mesajlara yanıt verecek bilgeliğe ve cesarete sahipti.

Ben de tıpkı Renata gibi, hayatımı ve işimi insanlara yardım etmeye adamak için eski inanç sistemlerini, kuşkuculuğu ve sol beyin koşullanmasını aşmak zorunda kaldım. Bu yolu bulduğum için çok talihli olduğumu düşünüyorum.

Bu bölümün son hikâyesinde, Judith de kendini "sol beyinli ve kuşkucu bir insan" olarak tanımlıyor. Kuşkularına rağmen kabullenici ve meraklı bir insan olmayı sürdürdü ve bir atölye çalışmasında muazzam bir şekilde iyileştirici ve sezgisel bir deneyim yaşamayı başardı. Bu olay onun yalnızca uzun zamandır ona sıkıntı veren fiziksel bir semptomdan kurtulmasına yardımcı olmakla kalmadı, aynı zamanda hayatını sonsuza dek değiştiren daha büyük bir duygusal anlayışa erişmesini sağladı.

• YARGILAMAYA GEREK YOK •

Kendimi öncelikli olarak sol beyinli ve kuşkucu bir insan olarak tanımlarım. Bir bilim insanı ve bir veteriner olarak eğitim aldım ve ilk Brian Weiss seminerime katıldığımda, on bir yılı aşkın bir süredir aktif olarak çalışıyordum. Bir arkadaşımla birlikte *Many Lives, Many Masters* adlı kitabı okumuştuk ve onun Fort Lauderdale'e geldiğini öğrenince öyle heyecanlandık ki dokuz ay öncesinden biletlerimizi aldık ve gün saymaya başladık. İkimiz de saygın ve eğitimli bir doktorun böyle inanılmaz bir keşif yapmış olmasından etkilenmiştik ve açıklanması mümkün olmayan ağrıları, karmaşık fobileri ve takıntıları hızla çözmek için bu "mistik" tekniği ortaya attığında diğer bilim insanlarının ve doktorların ağır eleştirilerine maruz kaldığını biliyorduk.

Dr. Weiss'ın birkaç kitabını okuduktan hemen sonra CD'lerinden birini sipariş etmiştim. Bir gece *Through Time into Healing*'i dinlerken, aniden altın yaldızlı bir aynadan bakan bir kadının beklenmedik ve net vizyonuyla karşı karşıya kaldım. Yüzü uzun ve inceydi, beyazdı ve Avrupalı gibi görünüyordu. Kıyafetlerinden ve başındaki örtüden 1700'lerin sonları olduğu izlenimine kapıldım. Kıvırcık, kızıl-kahve saçları yüzünü sarıyordu. Bir sonraki vizyonda, "benim" elim kule gibi eğri bir duvarın üzerinde dolaşıyordu ve ben o anda resmi bir bahçede olduğumu anladım. Transtan çıktım ve benim gibi rüyalarını bile hatırlayamayan bir insanın böyle bir deneyim yaşayabildiğine şaşırdım.

Sonunda Brian Weiss'ın seminerinin olduğu o gün geldi ve arkadaşım ve eşimle birlikte seminerin yapılacağı merkezde buluştuk. Dr. Weiss'ı göreceğimiz için heyecanlıydık ve harika bir yerde, ikinci sırada oturuyorduk. Battaniyeler, yastıklar ve yoga matları getiren insanları görünce hayrete düştük (anlaşıldığı üzere onlar zeki olanlardı). İlk sabah regresyonu sırasında, inanılmaz bir şey oldu. Önce, geçmiş yaşam esnasında önemli bir şey görmedim. Ölüm sahnesi sorulduğunda, giyotinin bıçağını hissettim ve nefret dolu bir kalabalığın önüne yuvarlanan bir kafa gördüm. Kafa durdu ve ben birinci elden (sanki kafa benmişim gibi) otuzlu yaşlarında koyu renk saçlı bir kadının kafaya doğru eğilip hakaretler yağdırdığını hissettim. Ben bu sahneye kapılmışken düşüncelerimden oldukça uzakta bir mesaj duydum: "Yargılanmanın nasıl bir şey olduğunu biliyorsun." Transtan uyandım ve dört uzun yıldır mustarip olduğum kronik boyun ağrısının geçtiğini fark ettim. Buna inanmaya korkarak boynumu döndürmeye ve eğmeye başladım; acı gitmişti.

Moladan sonra kişisel olarak tanımadığımız bir insan seçtik

ve kişisel eşyalarımızı takas ettik. Ben, yakınımda oturan bir kadını seçtim. O benim cep telefonumu tuttu, ben de onun yüzüğünü aldım. Bu egzersiz sırasında, Dr. Weiss bize alabileceğimiz görüntüleri filtreden geçirmememizi söyledi. Ben yalnızca küçük bir sürat teknesinin üçgen penceresini, ön camın hemen kenarında bulunan camı gördüm. Arka planda dağlar ve ormanlarla muğlak bir göl görüntüsü vardı. Transtan çıktık ve o kadına ne gördüğümü söyledim. Dinledi ve bunun onun için bir şey ifade etmediğini, ama kuzeyden gelen ve yine seminerde bizden birkaç koltuk ötede oturan teyzesinin etrafı dağlar ve ormanlarla çevrili bir gölün kıyısında oturduğunu ve bir sürat teknesi olduğunu söyledi.

Sonra bana neredeyse transa geçtiği anda, bir yüz sabununun yoğun kokusunu hissettiğini söyledi – kötü değil, ama çok güçlü bir kokuydu. Sürekli etrafta uçan beyaz bir kuş görmüştü. Teyzesi onun bu anlattıklarını duydu ve aynı şeyi deneyimlediğini söyledi: Baskın, öyle güçlü bir sabun kokusuydu ki egzersiz sırasında etrafındaki insanları koklamaya başlamış, kokunun nereden geldiğini anlamaya çalışmıştı. O da beyaz bir kuşun havada uçuştuğunu görmüş ve şu mesajı duymuştu: "Yargılamanın gereği yok."

Benim gibi dikkatli ve hayal gücünden yoksun bir insanın asla başına gelmeyecek bu inanılmaz şeyleri duyduğumda çok heyecanlandım ve fırsatı değerlendirip ayağa kalktım ve herkese yaşadığım bu deneyimi anlattım. Onlara aynı zamanda bunun ne anlama geldiğini açıkladım (birazdan söyleyeceğim). Yerime oturduktan sonra ön sırada oturan iki kadın döndü ve onların da güçlü bir sabun kokusu aldıklarını ve sürekli, "Bırak artık, bırak artık," mesajı duyduklarını söylediler. Her zaman yıllar önce ölen büyükannemle özdeşleştirdiğim koku Dove'un yüz sabunuydu.

Seminerden bir hafta önce, sıkça hayatımı ve değiştirmek istediğim şeyleri düşünüyordum. Kusurlarımdan biri, verileri değerlendirmeden ve sınırlı bilgiye dayanarak başka insanları yargılamaktı. Bunun benim sevgi dolu ama eleştirel, biz çocuklara yemek masasında hayatı, başka ailelerde uyuşturucu kullanan ya da hamile kalan diğer çocukları örnek göstererek öğretmeye çalışan ortabatılı ailemden geldiğini düşünüyorum. Her zaman, "Sen asla öyle bir şey yapmazsın. Bizim harika çocuklarımız var," derlerdi. Elbette, uyuşturucudan ve evlilik öncesi seksten uzak durmayı öğretmeye çalışıyorlardı, ama sonuçta istemeden de olsa bizi önyargılı ve eleştirel bireylere dönüştürdüler, çünkü uyuşturucu kullanan insana karşı merhametli olmak ya da onu o yola sevk eden koşullar konusunda hiçbir şey söylenmiyordu.

Bunun yanı sıra yine seminerden önce, uzun yıllar Alzheimer hastalığından kaybettiğimiz büyükbabama baktıktan sonra hayatının son yıllarını yalnız geçiren güzel ve sevgi dolu büyükannemi düşünüyordum. O büyük bir evde tek başına yaşamıştı ve çok fazla ziyaret edeni yoktu. Bense, babamın ailesi tarafından kurulan ve eski gazete kupürlerinde zengin bir tarihi olan Illinois'deki küçük Mount Olive Kasabası'na yılda bir kez soyağacı araştırması yapmak için gelirdim. Her sabah, kütüphane kapanmadan önce olabildiğince çok araştırma yapmak için sabahın erken saatlerinde evden çıkardım. Bir keresinde büyükannemin mahcup ve üzgün bir sesle, "Elbette sabahını benim gibi yaşlı bir kadınla geçirmek istemezsin," dediğini hatırlıyordum. Ona sarılmış ve orada kütüphanenin açık olacağı son günüm olduğunu, ama onu o gece göreceğimi söylemiştim. Hayatım boyunca bu tercih yüzünden pişmanlık duydum. Yalnızca büyükannemi dinleyerek aile geçmişimiz hakkında çok şey öğrenebilirdim ve en büyük korkum, onu sevmediğimi düşünmüş olmasıydı.

Büyükannemin bu semineri bana artık vazgeçmemi söylemek için kullandığını ve birinin bana başkalarını yargılamamam konusunda iyi bir ders verdiğini biliyorum.

O seminerden sonra hayatın dramatik bir biçimde değişti. Başkalarına anlatacak harika bir hikâyem var, ama daha önemlisi, bu olay çoğu insanın farkında bile olmadığı bir konuya olan ilgiyi artırıyor. Geçmiş yaşam terapisi başka insanlar hakkındaki düşüncelerimi değiştirdi, beni daha sevgi dolu bir insan yaptı, korkunç boyun ağrılarımı geçirdi ve bana, bu dünyada öğrenebileceğimiz en önemli dersin birbirimizi nasıl koşulsuzca sevebileceğimiz olduğunu başkalarına öğretmek için gereken araçları verdi.

~ Judith Oliver

Başkalarını ve kendimizi yargılamak, çoğu zaman büyük bir kedere ve huzursuzluğa yol açan negatif ve hatta zararlı bir eylemdir. Judith sonunda nihai dersi, koşulsuz sevgi dersini öğrendi. Biz bu yüce gerçeği tüm oluşumlarında öğrenmek için bu dünyaya döner dururuz.

Bilinç, fiziksel bedenin ölümüyle son bulmaz. Judith giyotin sahnesinde kesilen başında değildi; bilinci o kafanın üzerinde süzülüyor, yakınlarındaki insanları ve koyu renk saçlı kadını gözlemliyordu. Kalabalığı ve duydukları nefreti hissettiğinde dahi spiritüel dersler aldı. Başkalarını yargılama ve kendine yargılanma izni verme dersi yaşamdan yaşama taşınmıştı. Bir bonus olarak, giyotin travmasını hatırlamak Judith'in kronik boyun ağrısını da ânında iyileştirdi.

Zaman içinde, ya diğer tarafta ya da burada fiziksel evrede sevdiğimiz insanlarla tekrar tekrar karşılaşacağız. Judith'in büyükannesi oradaydı, sabunlu kokusu atölye çalışmasındaki

pek çok insan tarafından hissedildi. Judith'e sevgisini ve yargılama eğiliminden ve pişmanlıklarından kurtulması gerektiğini hatırlattı. Sonuçta yalnızca sevgi gerçektir.

.5.

Fiziksel Semptomları ve Hastalıkları İyileştirmek

Geçmiş yaşam deneyimleri yaşamak genelde insanların korkularından çok daha fazlasından kurtulmalarına olanak verir. Fiziksel semptomlar ya da hastalıklar da kaybolur. Böyle olaylar bir kez daha geçmiş yaşamlar kavramının doğrulanmasını sağlar, çünkü hayal gücü ve fanteziler kronik hastalıkları iyileştirmezler.

Fiziksel iyileşme, hastaların engellerin zindan kapılarını açmalarına ve onları hayatın zevklerinden mahrum bırakan kısıtlandırıcı koşulları geride bırakmalarına olanak verecek şekilde dramatik ve hızlı olabilir. Bu insanlar bir kez daha sağlıklı, bir kez daha hareketli, bir kez daha özgür olurlar. Ve sağlıklı bir beden, buraya yapmak üzere gönderildiğimiz görevleri gerçekleştirmek için daha çok enerjiye, daha çok zamana ve daha çok fırsata olanak verir.

Beden ve zihin birbirleriyle bağlantılıdır. Genelde birini iyileştiren şey diğerini de iyileştirir. Stres duygusal rahatsızlıkların yanında fiziksel hastalıklara da yol açar. Genelde mevcut yaşamda fiziksel bir semptoma neden olan geçmiş yaşam travmasını ya da olayını hatırlamak çaredir. Fiziksel iyileşmeye mutlaka daha derin bir spiritüel farkındalık eşlik eder. Geçmiş yaşamdaki bir bedene gelen yara, mevcut yaşamdaki bedende

benzer bir semptom bırakmışsa ikisini bağlayan bilinç ya da ruh, bu ikisi arasında bir köprü oluşturmalıdır. Ve bizler, bir kez daha fiziksel formda oluşmak için yıllar sonrasına uzanan o bağlayıcı bilinciz.

Ruhun kendisi asla zarar görmez, çünkü doğası spiritüel ve ebedidir. Ama fiziksel bir rahatsızlığın ıstırabı ve engeli büyük bir ıstıraba yol açabilir ve enkarnasyon sırasında ruhun ilerleyişini baltalayabilir. Geçmiş yaşam regresyonu terapisi insanların acılardan kurtulmalarına, tekrar normal nefes almalarına, zarar görmüş ya da kaybolmuş fiziksel bir işlev ve enerjinin yeniden kazanılmasına ve kalplerini ve diğer organlarını iyileştirmeye yardımcı olur.

Bu bölümde, mevcut yaşamlarındaki semptomların geçmiş yaşam etkilerini ve diğer köklerini hatırlayarak sağlıklarını geri kazanmış insanların büyüleyici hikâyelerini okuyacaksınız.

• ONUR MADALYASI •

Gerçekleştirdiğim ilk regresyon oldukça anlamlıydı. 2006 yazında Omega'da gerçekleşti. Müşterim, otuzlu yaşlarının başında, sarı uzun saçları ve mavi gözleriyle çok çekici bir kadındı. Beni arayıp buldu, üzerinde bir regresyon çalışması yapmamdan çok memnun olacağını söyledi. Bir "vaat yok" uyarısı yaptıktan sonra o öğleden sonra regresyon yapmayı kabul ettim. Kadın yastıkların üzerine yattı ve regresyon büyük bir toplantı odasında, yerde gerçekleşti. Odada pek çok insan regresyon yapıyor ya da alıyordu. Dolayısıyla mekânın son derece gürültü olduğunu söyleyebilirim.

Kadın bekârdı, ama erkek arkadaşıyla uzun süreli bir ilişkisi vardı. Regresyon konusunda ne beklemesi gerektiğini bilmese

de *Many Lives, Many Masters* kitabını okumuştu. New York City'deki yaşamı oldukça iyi gidiyor gibiydi. Tek bir fiziksel şikâyeti vardı: neredeyse hayatının büyük bölümünde mustarip olduğu bir sırt ağrısı. Ağrının sebebine dair net bir teşhis konamamıştı. Bunun regresyon için önemli olabileceğini düşünerek aklımın bir köşesine not ettim.

Daha önce Brian ve Carole'la tanışmamış ya da çalışmamış olmama rağmen, regresyonları nasıl yaptıklarına dair temel bir eğitimim vardı. Brian'ın o zamana kadar yazdığı tüm kitapları okumuş ve pek çok regresyon CD'sini dinlemiştim. Ama yine de doğru yolda ilerlemek, hastayı yönlendirmek ve uygun şekilde yanıt vermek için sınıfta bana verilen metinden okumam gerekiyordu. Ama gergin değildim. Belki de bunun sebebi psikoterapist olmamdı. Sanırım regresyonu çocuk oyuncağı kadar kolay yaptığımı söyleyebilirim; bana doğal bir şekilde geldi ve ben bu süreçten keyif aldım.

Müşteriyi üçüncü kez derinlere götürmeye başladığımda, halihazırda çok derin olduğuna dair işaretler görmeye başladım. Yüzündeki tüm kaslar gevşemişti ve beden kasları da iyi görünüyordu. Kısa sürede, küçük bir kızken yaşadığı bir doğum gününe dair hoş bir anıya ulaştı. Partiyi, gelen arkadaşlarını ve aldığı tüm armağanları hatırladı. Ebeveynlerinin ne kadar genç ve güzel olduklarını görünce şaşırdı. Onun orada biraz kalmasına, her şeyi içine çekmesine izin verdim ve sonra onu bir başka yaşamdaki bir zamana ve onu bekleyen önemli bir anıya götürmeye başladım.

Gözleri, gözkapaklarının altında bir yandan diğerine hızla hareket etmeye başladı. Bunun, bir şeyler görmeye başladığının bir işareti olduğunu biliyordum. Kendini ağaçlıklı bir alanda, bir ormanda buldu. Aşağı baktığında ayağında çarıklar ve elinde bir yay olduğunu gördü. Sırtında bir sürü ok asılıydı ve

geyik derisinden bir peştamala sarınmıştı. Yakışıklı, genç bir Amerikan yerlisi erkeğiydi ve avlanıyordu. Ağaçların ne kadar güzel olduğunu ve orada olmakla ilgili endişelerini sıralamaya başladı. Endişeliydi, çünkü orası güvenli değildi. Nedenini sordum; bana avlanma bölgesi için savaşan iki kabile olduğunu ve bu süregelen mücadele yüzünden her iki kabileden de cesur erkeklerin öldüğünü söyledi.

Bir geyik gördü ve yayını çekmek üzereydi ki aniden sırtına saplanan bir ok hissetti. Yere düştü. Diğer kabileden bir başka yerli onu vurmuştu. Korku ve içini delen bir acıyla yere yığılmıştı. Stres ve acı seviyesi öyle net ve güçlüydü ki ilk yukarıda-süzülme tekniğimi gerçekleştirdim. İşe yaradı. O sahnenin üzerinde süzülüp olan biteni gözlemlemeye başladığında, giderek sakinleşti ve aşağıda neler olduğunu anlatmaya başladı.

Onu vuran yerli şimdi elinde bir Kızılderili baltasıyla onu öldürmek için yaklaşıyordu. Her ne kadar acı hissetmese de ve gördüğü şeylerden bağımsız olduğunu yansıtsa da hâlâ az ve hızlı nefes alıp veriyordu. Diğer yerli yaklaştıkça yüzünde şiddetli bir korku belirdi.

"Elindeki baltayla işimi bitirecek," diye bağırdı. Diğer adam elindeki baltayı havaya kaldırdığı anda fikrini değiştirdi ve silahını tekrar kılıfına soktu. Yere eğildi, onu kaldırdı ve omzunun üzerine aldı. "Beni köyüne götürüyor, belki de orada işkence yapacak ya da öldürecek. Belki de benimle dalga geçmek, beni ibret olsun diye asmak ya da beni rehin tutmak istiyordur," dedi.

Yerli yaralı savaşçıyı, ortada geniş bir açıklık ve etrafında yirmi kadar çadır olduğunu söylediği köyüne kadar taşıdı. Onu kabilenin şifacısına götürdü. Köyün şifacısı oku dikkatli bir şekilde çıkarıp yaranın üzerine şifalı otlardan yapılma bir merhem sürerken kabilenin şefi geldi. Mutlu değildi.

"Bu adamı neden köyümüze getirdin? Bizim av sahamızı çalan diğer yerlilere ibret olması için öldürüp ormanda bırakman gerekirdi," dedi şef öfkeli bir sesle.

Genç adam aynı yerlilerin uzun zamandır kabileleriyle barış içinde olduklarını ve bir av sahası için kendi kardeşlerini öldürmemeleri gerektiğini söyledi. Onları öldürmeyeceğini ve artık kabilesinin de onlarla savaşmaması gerektiğini söyledi.

Şef çok sinirlendi ve şifacıya adamı hemen öldürmesini söyledi. "Ben kardeşlerimi öldürmem, onları iyileştiririm," diye yanıtladı şifacı genç adamın yarasını sarmaya başladığında. "Bu genç adam haklı. Kardeşlerimizi öldürmemeli, onlarla barışmalıyız."

Hastayı bir sonraki önemli olaya götürdüm.

"Birkaç gün oldu ve ben şimdi yürüyebilecek kadar iyiyim. Yerliler bana eşlik ediyor, nehir kenarından köyüme doğru yürüyoruz," dedi. Yaralı adam neler olduğunu ve neden onlarla birlikte olduğunu, barış yapmak üzere geldiklerini açıkladığında, kendi kabilesi diğer kabilenin üyelerini iyi bir şekilde karşıladı.

O kabilenin şefi belli ki etkilenmişti ve bu savaşçının güvenli bir şekilde dönmesinden dolayı minnettardı. "Evet, bu iyi," dedi. "Uzun zamandır pek çok insanımızı bu av sahası için kaybettik. Geçmişte bu alanı paylaşırdık. Yine paylaşacağız. Barış çubuğunu yakacak ve kardeşlerimizle bir daha savaşmayacağız."

Anlaşma yapıldı, savaş bitti ve topraklar paylaşıldı. Yaralı adam tamamen iyileşti ve bir barış elçisi olarak kabul edildiği uzun bir hayat yaşadı. Ölümü, etrafında ailesi ve dostlarıyla sakin bir geçiş oldu.

Kadından, o hayatın derslerini anlatmasını istedim.

Mutluluktan ağlıyordu. "Bu yerde uzun zaman kardeş gibi yaşadık, birbirimize yardım ettik ve hayatlarımızı paylaştık. Kardeşlerimizi öldürmemiz yanlıştı. Sevgi yolu tek yoldur. Ben

o hayatta bir barış elçisiydim. Ne güzel bir ders yaşadım. Bu hayatta yaralı sırtımı bir onur madalyası olarak taşıdığıma inanıyorum. Derinlerde bir yerde bu hayatı ve bu onuru hatırladım ve şaşırdım," dedi.

"Neden şaşırdın?" dedim yüksek sesle.

"Bu hayatta sırtımın ağrıyan yeri, uzun zaman önce o okun isabet ettiği yer. O yarayla gurur duydum ve onu bırakmadım. Her iki kabileye de hayat ve barış getirdiği için onu bir cesaret ve onur madalyası gibi taşıdım," dedi. Yanaklarından yaşlar süzülüyordu.

Ona dersini öğrendiğini, kabilelerin barışmasına yardımcı olduğunu, ama artık bunun bu hayatta ona hizmet etmediğini ve artık bu acıyı bırakabileceğini söyledim. Evet, dedi. Şimdi hazırdı.

"Hadi o zaman, onu bırakacak bir yer bul ve uzaklaş. Artık ona ihtiyacın yok," dedim. "Bu gurur duyulacak bir şeydi, ama amacına hizmet etti. Şimdi vazgeç. O madalyayı bırak."

Ağlamaya devam ederek madalyayı nasıl ormanda, vurulduğu yerin yakınlarında bir kütüğün üzerine bıraktığını anlattı ve oradan uzaklaştı.

Sonra onu trans evresinden çıkardım, ona odaya tekrar alışması için biraz zaman tanıdım ve sonra bana nasıl hissettiğini söylemesini istedim. Derin bir iç çekti ve hafiflemiş, rahatlamış ve sakin hissettiğini söyledi. Sonra şaşkın bir sesle ekledi: "Artık sırtım ağrımıyor. Hem de hiç. O onur madalyasını gerçekten de orada bıraktım. Artık sırtım ağrımıyor!"

Ben de bir o kadar şaşkındım. "Evet, artık ona ihtiyacın yoktu. Nereden geldiğini fark ettin ve onu bıraktın. Bu harika," dedim. "Harika." O hafta Omega'da yedi kişiye de regresyon terapisi yapacaktım, ama hiçbiri ilkinden daha önemli ya da unutulmaz değildi.

~ Michael Brown

Michael yetenekli ve empatik bir terapisttir ve ilk regresyonuyla harika bir iş çıkardı. Ben her zaman hayat değerlendirmesinin önemini vurgularım, çünkü bu, bir ömür için perspektifi belirlerken aynı zamanda mevcut yaşamla olan bağlantıları açığa çıkarır. Bu vakada, müşterinin kronik sırt ağrısının fiziksel iyileşmesi, ok yarasıyla olan bağlantı keşfedildiği anda gerçekleşti. Bu acıyı, psikosomatik rahatsızlıkları ve diğer fiziksel semptom ve hastalıkları iyileştirme kalıbı, klasik ve geçmiş yaşam regresyonları yaparken sık sık karşılaştığımız bir durumdur.

Savaş ve şiddet yerine barış ve merhameti seçme dersi yaygın ve önemlidir. Bizler sevgiyi, şefkati ve işbirliğini öğrenmek için buradayız. Nefret ve önyargıları defetmeli ve korkularımızı aşmalıyız. Bir başka geçmiş yaşam anısında ya da hayalinde, Michael'ın hastası o eski zamanda hayatını bağışlayan Kızılderilinin mevcut yaşamında tanıdığı biri olduğunu keşfetse şaşırmazdım. Aralarındaki karmik bağ önemlidir. Bu tip bağlar bizim ruh eşi bağlantıları kurmamıza yardımcı olur.

Kızılderili kültürleri genelde üstün sezgisel bilgeliğe sahipti. Denge ve uyumu, ölçülülüğü ve sadeliği, doğayı ve gezegeni önemsemeyi anlıyorlardı. Beslenmek ve sığınmak için avlanıyorlardı, ama türleri yok etmemeleri ve doğal ortamlara zarar vermemeleri gerektiğini iyi biliyorlardı. Onlar yalnızca ihtiyaç duyduklarını kadarını kullandılar ve takıntılı bir şekilde biriktirmediler. Geçmiş yaşam terapisi lensleriyle bu kültürlere baktığımızda –bir tür regresyon arkeolojisi– bu soylu nitelik ve değerlerin sürekli ortaya çıktığını görürüz. Bu, bizim köklerimizi hatırlamamıza yardımcı olabilir.

Yerli topluluklarda, şamanlar ve diğer şifacılar insanlarını iyileştirmek için doğal maddeler kullandılar. Organize dinler kontrolü ele geçirdikçe, bu tip şifa uygulamaları şifacılar için çok tehlikeli olmaya başladı. Bin yıllık bir engizisyon vuku buldu. Valarie'nin öyküsü bu uzun ve karanlık kâbusu anlatmaktadır.

• ENGİZİSYON HASTALIĞI •

Ruhtan çağrı genelde iki şekilde gelir. Bazıları için bu, derin bir kanıya dönüşen ve eyleme götüren bir bilmedir. Bazıları içinse, uyanmanız için daha çok enseye bir tokat ya da dişleriniz birbirine çarpana kadar sarsılmak gibi bir histir. *Birçok Yaşam Birçok Üstad*'ı ilk okuduğumda bana olan buydu.

Muazzam hikâyelere kapılmış bir halde kitabın sonuna geldim ve son sayfayı çevirdiğimde Brian'ın adresiyle karşılaştım. O anda, yalnızca kendimi Amerika'da onunla birlikte bir eğitimde görmekle kalmayıp aynı zamanda ruhumun amacını regresyon çalışmasında bulduğuma dair derin bir sezgiyle bir *déjà vu* ânı yaşadım. Aniden, burada bulunma sebebimin bu olduğunu hissettim.

Hazırlanmak, bir aileyi geride bırakmak ve tek başıma dünyanın öbür ucuna gitmek önemsiz bir adım değildi, ama ruhun çağrısını ihmal etmemek gerekir. Hâlâ, New York, Rhinebeck'teki profesyonel eğitimde tanıştığım diğer katılımcıların şaşkınlığını unutamam. "Ta *Avustralya*'dan mı geldin?" diye sormuşlardı hayret içinde. Orada dünyanın dört bir yanından gelen yüzü aşkın profesyonel olmasına rağmen, en uzaktan gelen bendim.

Bu eğitim sırasında, beni tamamen hazırlıksız yakalayan çok güçlü bir iyileşme deneyimledim. Brian, seçtiği katılımcılarla sahne regresyonları gerçekleştiriyordu. Onlardan biri olmayı ne kadar çok istiyordum, ama o bizi küçük gruplar halinde regresyon yapmaya teşvik etmeden önce sınırlı sayıda örnek gösterebilirdi.

Ağzına kadar dolu bir salonda yüz kişinin küçük gruplar halinde regresyonlar yaptığını hayal edin ve gürültüyü düşünün. Brian'la kişisel bir regresyon yapamadığım için hayal kırıklığına uğramıştım ve regresyon sırası bana geldiğinde, yere uzanırken şöyle düşündüğümü hatırlıyorum: "Evet, sanki bu

kadar gürültü varken işe yarayacak da..." Benim grubumdaki kadınlardan biri regresyona başladığında, ben arka plandaki gürültünün bilincindeydim.

Aklım salonun farklı bölümlerine kayıyordu ve ben dört bir yandaki konuşmaları duyabiliyordum. Aniden bedenimin sarsıldığını ve başımın sağ tarafa döndüğünü hissettim. Daha sonra o noktada bedenimi hiç hareket ettirmediğimi öğrenecektim.

İlginç bir şekilde kendimi parke taşlı bir yolda ilerleyen bir arabanın ahşap tekerine bakarken buldum. Bilinçaltım bu görüntüyü kaydederken ben bilincimin, "Ah, bu yüzden mi sarsıldım? Bu tekerleği bir odun parçasından yaptıkları için; tabii o günlerde kusursuz bir daire çıkartamamışlar," diye düşündüğünü hatırlıyorum. Bir seviyede bir şey deneyimlerken onu başka bir seviyede anlamak çok tuhaftı, ama o anda bu dünyadaki en doğal şey gibi gelmişti.

Kısa süre sonra, bacaklarımdaki rahatsız edici hissin farkına vardım. Sanki bir şekilde bağlanmışlardı. Sonrasında, grubumdaki kadınlar bana sanki bacaklarımı kurtarmaya çalışıyor gibi onları birbirlerine sürttüğümü söylediler. Ben o sırada bunun farkında olmasam da daha sonra çok mantıklı geldi.

Belli ki bu engizisyondu ve ben yalnızca şifa sanatını uyguladığım için bir cadı olarak yargılanmıştım ve bir kütüğe bağlanmış, yakılmak üzere götürülüyordum. Tuhaf bir şekilde korkmuyordum, yalnızca öfkeliydim. Tedaviye ihtiyacı olan insanları iyileştirdiğim için nasıl olur da beni (ve benim gibi pek çok insanı) cezalandırırlardı! Bu şiddet eyleminin kendisinden çok insanların aptalları karşısında hayal kırıklığına uğramıştım ve bu duygunun özellikle insanlara yönelik olduğunun farkındaydım.

Alevlere ve bir sürü alaycı yüze dair belli belirsiz bir görüntü hatırlıyorum. On yıl sonra ayrıntılar o kadar net değil, ama tecrübenin kendisi o sırada olduğu kadar gerçek.

Tüm bu tecrübe birkaç dakika almış gibiydi; sonradan neredeyse bir saat sürdüğünü öğrendim. Bacaklarımdaki kısıtlanma gerçekti, çünkü halatla bağlanmışlardı. Benim için daha müthiş olan şey, son yirmi senedir, özellikle bacaklarımda –tam da ipleri hissettiğim yerlerde– şiddetli bir psöriyasiz, yani sedef hastalığından mustarip olmamdı. Hatta bu beni öyle rahatsız ediyordu ki her zaman etek ya da elbise yerine pantolon giymeyi tercih ederdim. Hoş bir görüntü değildi.

Regresyondan sonra kendisi de katılımcı olarak orada bulunan ve benim regresyonumu gerçekleştiren kadın bana, erkeklere olan öfkemin bacaklarımdaki lekelerle ilişkili olduğunu hissettiğini söyledi. Neyse ki o sırada orada bulunan biri, daha sonra faydalanmak üzere bacaklarımın bir fotoğrafını çekmeyi önermişti. Yaklaşık on yıl sonra bacaklarımın neredeyse tamamen iyileşmiş bir fotoğrafını da göndermekten dolayı heyecan duyuyorum. İyileşme süreci regresyondan hemen sonra başladı ve yaklaşık altı ay sonrasında, lekeler tamamen kaybolana dek devam etti.

İlginç bir şekilde, ne zaman strese girsem bacaklarımda lekeler belirmeye başlıyor ve bu, tecrübemi aksatan her türlü negatif duygudan uzaklaşmam gerektiğine dair bir hatırlatma görevi görüyor.

Şimdi Batı Avustralya, Perth'te görev yapan bir regresyon terapistiyim ve kendi hastalarımda benzer vakalarla karşılaşıyorum. Brian'ın tecrübelerimizin hücresel anılarımızın içinde tutuldukları inancı, regresyon çalışması sırasında benim ve pek çok katılımcının yaşadığı duygusal ve fiziksel iyileşmeyi düşündüğümde oldukça mantıklı geliyor. Anı ortaya çıkıp bilince eriştiğinde, çoğu vakada iyileşme otomatik olarak gerçekleşiyor.

Hatta bir keresinde, her ne kadar regresyon terapisi yaptığım kadın yaşadığı tecrübenin gerçekliğinden kuşku duysa da göğüs-

te uzun zamandır var olan bir ağrının kendiliğinden kaybolduğu bir iyileşmeye tanık oldum. Daha sonra bana bir mektup yazdı ve o semptomun bir daha asla dönmediğini bildirdi.

~ Valarie Coventry

Bu, geçmiş yaşam terapisinin gücüne dair harika bir hikâyedir. Valarie net ve basit bir şekilde şunu söyler: "Anı ortaya çıkıp bilince eriştiğinde, çoğu vakada iyileşme otomatik olarak gerçekleşiyor." Psöriyazis, iyileşmesi çok zor bir rahatsızlık olabilir, ama Valarie yalnızca hatırlayarak bunu başardı. Onun durumunda ilaca, ışık terapisine ya da başka herhangi bir tedaviye ihtiyaç yoktu. Psöriyazisten daha ciddi hastalık ya da semptomları tedavi etmek için geçmiş yaşam regresyonu terapisi kullanırken bir yandan geleneksel tedavilere devam edilebilir. Bu, tamamlayıcı şifanın özüdür – eşzamanlı terapatik yöntemler kullanmak. İyileşme sağlandığı sürece, hangi tekniğin daha etkili olduğu önemli değildir.

Valarie'nin regresyonu, semptomların iyileşmesine ek olarak klasik ve gerçek bir geçmiş yaşam deneyiminin diğer niteliklerini göstermektedir. Zaman sapması hissi (bir saatin birkaç dakika gibi gelmesi), derin bir rahatlama ve konsantrasyon seviyesine ulaşıldığının göstergesidir. Bu seviyede korkular çözümlenebilir ve fiziksel ve/veya duygusal iyileşme sağlanabilir. Ortamdaki gürültü regresyona müdahale etmedi, çünkü bilinçaltı iyileşme fırsatını gördü ve diğer dikkat dağıtıcı etkenleri göz ardı etti. Bu derin, değiştirilmiş evreye girmek için bir inziva odasına ihtiyacınız yoktur. Ayrıca bilinci, geçmiş yaşam sahneleri deneyimlediğini aynı anda gözlemliyor ve yorumluyordu. Ahşap tekerleği yorumladı, ama odaklı evreden uzaklaşmadı. Valarie'nin vakası tekrar okuyup üzerinde düşünmek için iyi bir

deneyimdir, çünkü geçmiş yaşam regresyonu terapisinin özünü ve nüanslarını samimi bir şekilde ortaya koyar.

• ESKİ ALERJİLER •

Her şey güzel bir restoranda bir kâse tako çorbası içerken başladı ve o anda burnumun yandığını ve gözlerimin kaşındığını hissettim. Bir alerjen aldığımı düşünerek ağzıma bir Benadryl attım ve restorandan ayrıldım.

Eve geldiğimde, alerjik reaksiyonum tam bir anafilaksiye dönüşmüştü ve ben nefes almakta güçlük çekiyordum. Yüzüm kıpkırmızıydı ve şişmişti. Boğazım hızla kapanıyordu ve ben panik olmaya başladım. Bir acil ziyareti yapmam şarttı ve ben hastaneye ulaştığımda, derin bir anafilaksik şoka girmiştim ve nefes alamıyordum. Hemşire adımı bile sormadan beni travma odasına götürdü, iki damar yolu açtı, bana solunum vermeleri için teknisyenleri çağırdı ve Epinefrin verdi. Başımda bir sürü doktor ve hemşire vardı. Tedavi sonrasında oldukça hızlı bir şekilde toparlandım. Bu çok korkutucuydu, çünkü neredeyse ölümüme neden olacak bu reaksiyona yol açan şeyin ne olduğunu bilmiyordum, ama bir hemşire olduğumdan, zamanlamasına bakılırsa sindirdiğim bir şey olmalıydı.

Ertesi gün restorana döndüm ve doğrudan doğruya şef aşçıyla görüştüm. Bana çok yardımcı oldu. Tako çorbasında kullandığı baharatlardan birer paket hazırladı ve ben bu paketleri deri testi için doktora götürdüm. Test sırasında kimyona öyle güçlü bir reaksiyon verdim ki alerji doktoru muayenehanesinde bana Epinefrin vermek zorunda kaldı. Bir baharata böyle bir reaksiyonu ilk defa gördüğünü söyledi.

Alerji doktoru, kimyona karşı şiddetli bir reaksiyon bulacak-

ları umuduyla beni bir araştırma merkezine gönderdi. Bir hafta boyunca her türlü testi yaptıktan sonra reaksiyona neyin sebep olduğunu belirleyemediler. Onlar da böyle bir şey görmemişlerdi.

Sonraki altı yıl boyunca, beş farklı şehirde, garson ya da şeflerin içinde kimyon bulunmadığına yemin ettikleri, ama bir şekilde unda ya da baharatlarda kimyon bulunan farklı yemekler yiyerek beş farklı anafilaksik reaksiyon geçirdim. Bu, acile kaldırılmamın ardından doğrulandı. Gerçek de bu hayatımı tehdit ediyordu ve daha sıkıntılı olan, kimyonun her türlü yemekte ya da baharatta bulunabiliyor olmasıydı. Sonuç olarak ben salata ve dondurmayla yaşamaya başladım. Bu sırada, kendime yardım etmek için bir şeyler yapmaya öyle kararlıydım ki beslenme uzmanlarıyla ve alerji doktorlarıyla görüştüm, bulabildiğim herkese e-postalar gönderdim. Hatta anafilaksi reaksiyonlarımın göğüs implantlarıma bağlı olabileceğini düşündüm ve bağışıklık sisteminin silikonlara verdiği tepkiler üzerine sayısız araştırma okudum. İşe yaradığı takdirde buna değeceğini düşünerek implantları çıkarttırdım. Ne yazık ki onları çıkarmak için geçirdiğim ameliyattan kısa süre sonra şeften habersiz kimyon içeren bir yemeğe karşı bir diğer anafilaksi reaksiyonu geçirdim.

Çaresizce alternatif bir tedavi arayışındayken bir gün televizyonu açtım ve Dr. Weiss'ın *The Oprah Winfrey Show*'da konuk olduğunu gördüm. O konuştukça, tuhaf bir sebepten ötürü dikkatli bir şekilde dinlemeye başladım. Bir şey aklımı çeldi ve internetten geçmiş yaşam regresyonu hakkında bilgi aramaya başladım. Dr. Weiss'ın iki kitabını aldım ve bu fenomen hakkında bilgi edindim. Bir veya iki sene daha geçti ve sonra Chicago'da Dr. Weiss'ın konuşmacı olarak katılacağı bir seminer olduğunu öğrendim. Kızımla birlikte Chicago'ya gittik, ama Dr. Weiss'la birlikte üç geçmiş yaşam regresyonu

gerçekleştirdikten sonra değişen hiçbir şey olmadı.

Bu seminerdeki son seans "O'Brien ile Kanal Açma" idi. O dönemde, kanal açma ifadesinin ne anlama geldiğini bile bilmiyordum, ama uçağımıza daha iki saat vardı ve bu seansa katıldık. Kızım, O'Brien'a bir soru sormak üzere seçildi. Benim kimyona olan anafilaksi reaksiyonlarımı sorduğunda, O'Brien, "Ah, biliyorum. Ama diğer iki baharata daha alerjisi var," dedi. Kızım bunu nasıl tedavi edebileceğimizi sordu ve O'Brien geçmiş yaşam regresyonu yapmam gerektiğini, çünkü iki geçmiş yaşamda bu baharat yüzünden öldüğümü söyledi. Şoke olmuştum.

Houston, Teksas'ta, bir geçmiş yaşam deneyimi yaşamama yardımcı olabilecek bir kadın bulmayı başardım. Önceki bir yaşamda, beş aylık hamileydim ve midem bulanıyordu. Komşum mide bulantılarıma yardımcı olmak istedi, bana biraz baharat ve su verdi. Elbisemin beyaz olduğunu, yatağımın ahşaptan yapıldığını ve evin zemini toprak olan bir kulübe olduğunu hatırlıyorum. Büyük olasılıkla on dokuzuncu yüzyıl civarıydı. Yirmili yaşlarımın başlarındaydım ve o sırada evde yalnızca ikimiz vardık. Kadın bir hata yaptı ve midemi sakinleştirmek için hazırladığı suya gereğinden fazla kimyon koydu. Bu da benim ölümüme neden oldu. Karnımdaki bebeğimin ölümüne sebep olduğum için kendimi öyle suçlu hissettim ki ağladım. Geçmiş yaşam regresyonumu gerçekleştiren kadın benden bebeğin ruhunu bulmamı istedi, ama yapamadım. Sonra düşündüğümün aksine aslında hamile olmadığımı anladım. Bu bir tümördü, ama o günlerde bunu belirleyebilecek herhangi bir test yoktu ve karnım giderek büyüdüğünden ben hamile olduğumu düşünmüştüm. Bebeğimin ölümünden sorumlu olmadığımı ve bunun aslında bir tümör olduğunu öğrendiğimde kendimi iyi hissettim.

Kimyonla deri testi yaptırmak üzere tekrar alerji doktoruna

gittim ve bu kez sonuç negatif çıktı. Önceki tüm testlerde sonuç pozitifti. Bunun üzerine doktor gidip benden içinde kimyon olan bir Meksika yemeği almamı ve beni gözlemlemesi için bizzat görevlendirilmiş hemşiresinin yanında yemeği yememi istedi. Hiçbir reaksiyon yoktu. Bu inanılmazdı; hayata dönmüş gibi hissettim. Gerçekten de geçmiş yaşamımı keşfetmek beni şimdiki hayatıma döndürmüştü.

~ Sandy

Kimyon hakkında herhangi bir bilgim olmadığından, Sandy'nin hikâyesini okuduktan sonra biraz araştırma yaptım ve bunun en eski ve en yaygın baharatlardan biri olduğunu öğrendim. Çili tozu ve köride sıkça kullanılmasına rağmen, kimyon Sandy'nin de bildiği gibi sayısız pek çok şeyde bulunur: peynir, ekmek, likör, ilaç ve parfüm.

Güney Asya'da, kimyon tohumlarından yapılan çay, mide-bağırsak problemleri ve sindirim ve sabah bulantısı için geleneksel bir devadır. On dokuzuncu yüzyılda, hamile olduğuna inanan ve mide ağrıları çeken Sandy'ye tam da bu sebeplerden ötürü kimyon çayı verilmişti, ama yirmi birinci yüzyılda yaşayan Sandy, bu tip uygulamaların varlığından bile habersizdi.

Sürece güvenin. Sandy gerçekten de şiddetli kimyon alerjisini tedavi etmek için belirli bir geçmiş yaşamı hatırlamak zorundaydı. Chicago'ya uçtu, ama sonunda iyileşmeyi gerçekleştirecek olan terapi uzmanı Houston, Teksas'taydı. Oraya ulaşmak için televizyonu açmak ve The Oprah Winfrey Show'da beni görmek zorundaydı. Sonra Chicago'ya uçması, üç grup regresyonu denemesi, o hafta sonu daha sonra bir kanal açma seansına "uğraması" ve geçmiş yaşam kaynağını doğrulayan bir soru sorması için kızının seçilmesi gerekiyor-

du. Houston'a gitti ve belirli ayrıntılar öğrendi; hayatını tehdit eden alerji kayboldu.

Yaşamlarımıza her daim kılavuzluk eden bilge, sevgi dolu ve son derece merhametli bir bilinç vardır. Derin sezgisel bilgeliğimiz bu sürece erişebilir, yönü belirleyebilir ve kutsal güçle temas halinde olabilir.

Yüzlerce yıl önce Norveç'te yaşanan bir geçmiş yaşam anısında, Margaret bir sabanın üzerinden düştü. Mevcut yaşamında oraya hiç gitmemişti, ama burasının Norveç olduğunu biliyordu. Margaret sırtüstü, omuzlarının ve boynunun üzerine, tam da ensesinde buluştukları yerin üzerine düştü. Bu hayatta şiddetli olan ve onu bitkin düşüren omuz ve boyun ağrısı ertesi gün kaybolmuştu.

Natalia bir geçmiş yaşam regresyonu sırasında, yüzyıllar önce Avrupa'da bir çocuk olduğunu hatırladı. Psişik becerilerini, şifa güçlerini ve şifalı otlara dair bilgilerini saklamak zorunda kaldığı bir yaşamdı. Aile bireyleri de yeteneklerini gizlemeye mecbur bırakılmıştı, çünkü yetkililer onları öğrendiği takdirde hepsi öldürülecekti. Yıllar sonra aynı yaşamda genç bir kadın olarak bildiklerini anlattı ve o dönemde konuşmanın tehlikelerini doğrularcasına yakıldı. Bağlantılı bir geçmiş yaşamda, yalnızca bitkilerle şifa uyguladığı için bir "cadı" olduğu düşünülerek bir kazığa bağlandı ve öldürüldü. Mevcut yaşamında Natalia'nın şiddetli eklem ağrıları bu iki anıdan sonra kayboldu.

Avustralyalı bir kadından, on yılı aşkın bir süredir ellerinde şiddetli kireçlenme olduğunu söyleyen bir mesaj aldım. Acı içinde yaşamaya teslim olmuştu. 2011 yılında Brisbane'deki atölye çalışmama katıldıktan sonra, ellerinde hiçbir ağrı kalmamıştı. İyileşmenin güçlü ve şiddetli olduğunu söylüyordu.

Yine Brisbane'deki aynı etkinliğe katılan bir başkası kendi

iyileşme hikâyesini yazmıştı. Bir Hindu olarak, reenkarnasyonu erken yaşlarda öğrenmişti; ancak meditasyonun ve geçmiş yaşam regresyonunun gerçekten iyileştirebildiğini bilmiyordu. Bu kadın çocukluğundan beri astım hastasıydı ve her gün nefes ilacı kullanıyordu. Atölye çalışmasından bir ay sonra, bu kronik hastalıktan kurtulmuştu. Zihni sessizleştirmek ve geçmişe uzanan kapıları açmak gerçek anlamda daha kolay nefes almamıza yardımcı olabilir.

Geçmiş yaşam anılarını hatırlayan ya da spiritüel tecrübeler yaşayan insanlar genelde, artrit, migren, astım, kontrolsüz kanama, şiddetli ağrı, eklem problemleri, hatta göz felci gibi akut ve kronik fiziksel rahatsızlıkları yok edebilir ya da büyük oranda iyileştirebilirler. Sıradaki dört hikâyeyi yazan insanlar son derece farklı geçmiş ve kültürlerden geldiler, ancak hikâyeleri çarpıcı bir şekilde benzerlikler göstermektedir.

• ZİHNİ VE BEDENİ İYİLEŞTİRMEK •

Tüm kitaplarınızı okudum ve onlar benim hayatımı değiştirdi. 2003 yılında, yaşadığım pek çok olaydan dolayı bir inanç krizi yaşıyordum. Bir gün, annemin iş arkadaşlarından biri ona sizin ilk kitabınızı verip bunun hayatını değiştirebileceğini söyledi. Haklıydı. İkimiz de okuduk ve ben ikimizin de her anlamda değiştiğine inanıyorum.

1998 yılında ölümün kıyısından döndüğüm bir kaza geçirdim. Sol bacağımı kaybetmeye çok yaklaşmıştım. Uzun zaman kendime bunun neden olduğunu sordum. Kendimi, bir kaza yüzünden çok genç yaşta öldüğüm ve sol bacağımın kesildiği bir geçmiş yaşamda gördüm. Çok güzel bir çiftlik evinde yaşıyordum. Etrafımdaki insanları tanıyordum: Annem ablamdı

ve kuzenim ortanca kardeşimdi. Ayrıca büyükannem de annemizdi: Birbirimize bu kadar yakın ve bağlı olmamızın sebebinin bu olduğuna inanıyorum. Nasıl öldüğümü gördüm; cenaze için yapılan tüm hazırlıkları gördüm. Daha sonra, gördüğüm şeyin 1800'lü yıllarda İspanya'daki zengin aileler için geleneksel bir âdet olduğunu öğrendim. Meditasyonlardan sonra bu hayatta kazadan kalan derin yara izlerinin olabilecek en kötü şeyler olmadığını fark ettim. Bu, bana acıyla baş etme konusunda öyle yardımcı oldu ki artık beni rahatsız etmiyorlar.

Diğer olayda, kendimi büyük, kale gibi bir evde yaşayan genç bir kadın olarak gördüm. Büyük kuzenim olduğunu fark ettiğim bir kardeşim vardı. Babamı tanıyordum: bu hayattaki babam. Çok güçlü bir insandı. Şimdi kocam olan adamla görücü usulü yapılmış bir evliliğim vardı. Şimdi olduğum kadar mutluydum. Başta hiçbir anlam veremedim; daha sonra bunun uzun zamandır aklımda olan bir soruya yanıt olduğu söylendi. Doğruydu: Her zaman kendime evlenerek doğru bir karar verip vermediğimi sorardım. O olaydan beri bu güvensizliği hissetmiyorum.

2010 yılında annem ve orada olmak için başka bir ülkeden gelen kuzenimle birlikte Orlando'daki atölye çalışmanıza geldik. O gün, sol kalçamda, beni aylardır rahatsız eden ağrıdan daimi olarak kurtuldum. O günden beri her fırsat bulduğumda meditasyon yapıyorum ve bu meditasyonlar, sol dizimdeki kireçlenme konusunda da yardımcı oldular.

~ Jessica

Jessica'nın "inanç krizi" cesareti, kendine yardım etme motivasyonu ve regresyonlarının terapatik gücü sayesinde tersine çevrildi. Sol bacağını ve kalçasını tedavi etmekle kalmadı, aynı zamanda pek çok aile bireyiyle geçmiş yaşamlardaki bağlantıları da ortaya çıkardı. Özel soruları yanıtlandı; kuşkuları ve

güvensizlikleri çözüme kavuşturuldu.

Maria'nın hastası da regresyonlar sayesinde pek çok fiziksel sorunundan arındı.

• MİGREN ANILARI •

2001 yılındaki bir haftalık Omega eğitimlerinden birine katıldığım günden bu yana, özel çalışmamda hipnoterapi ve geçmiş yaşam regresyonları kullanan bir sosyal hizmet görevlisiyim. İnsanları öbür dünyanın varlığına ve kendi ölümsüz ruhlarına açma konusunda tutkuluyum. Bireysel seanslara ek olarak, insanlara çalışmalarınızı anlatmak için atölye çalışmaları, yerel TV ve radyo programları yapıyorum. Geçmiş yaşamlar aracılığıyla iyileşmeye örnek olarak her zaman bu hikâyeyi kullanırım.

David, son çare olarak beni görmeye geldiğinde otuz beş yaşında bir adamdı. Donanmaya katıldığından beri, yani yirmi iki yaşından bu yana şiddetli migren ağrılarından mustaripti. Geleneksel tedavi yöntemlerini denemişti, ama ne çare. Migrenler onun eğitimini, işlerini (işyerinde zaman kaybettiği için sonunda işini de kaybediyordu) ve kariyerini etkilemişti. Birlikte, başına darbe alarak öldüğü üç geçmiş yaşam anısına ulaştık.

En önemlisinde, İspanya-Amerika Savaşı sırasında donanmadaydı. Karayipler'de bir gemide görev yapıyor, kürek çekiyordu. Yirmi iki yaşındayken bir iş arkadaşı kazara kafasına kürekle vurdu. David felç olup tekerlekli sandalyeye mahkûm kaldı. Donanmadan çıkarıldı, bir yıl daha korkunç bir acı ve depresyon içinde yaşadı ve sonra öldü.

Regresyondan sonra David'in migrenleri ciddi anlamda azaldı ve daha baş edilebilir düzeye geldiler. Bu hayatta, başında migrenlerin ortaya çıktığı her bölge, geçmiş yaşamlarda

maruz kaldığı üç darbeden birine karşılık geliyordu.

~ Maria Castillo

Migren ağrıları asırlardır insanlığın mücadele ettiği bir illettir. Her ne kadar yeni ilaçlar geliştirilmiş olsa da tüm ilaçların yan etkileri vardır. Geçmiş yaşamları hatırlamak zararsızdır ve hiçbir yan etkisi yoktur. Spiritüel içgörüler ve bilgelikler kazandırırken migrenlerin hafifletilmesine yardımcı olurlar. David bu yaklaşımdan ciddi anlamda fayda sağlamıştı.

Bizimle sıradaki hikâyeyi paylaşan Dr. K.C. Vyas, Maria gibi hastalarına geçmiş yaşam regresyonları uygulamadı. Bunun yerine burada, fiziksel düzlemde bir cerrah olarak sahip olduğu tüm araçları onları iyileştirmek için kullandı ve sonra diğer âlimlere konsültasyon için danıştı. Bu mucizelerde, modern tıbbın açıklayabileceğinden çok daha fazlası saklıdır.

• KORUYUCU MELEKLER •

Kızım Hindistan'da, eğitimini Amerika Birleşik Devletleri'nde almış bir klinik psikologdur. Benim gibi o da kitaplarınızı okudu. Bir keresinde bana koruyucu meleklerden söz etti. Zor durumlarda bizler Hindistan'da gelip bizi kurtarmaları için Tanrı'ya ve Hanuman-ji, Bheru-ji ve Ganesh-ji gibi diğerlerine sesleniriz. Bu melekle yaşadığım bir tecrübeyi paylaşmak istiyorum.

Bir safra kesesi ameliyatındaydım. Safra kesesini aldıktan sonra safra kesesinin bağlı olduğu karaciğer yatağında şiddetli bir kanama oldu. Bir dakika içinde hasta beş yüz mililitre kan kaybetti. Kanamaya tampon yaptım. Yalnızca bir ünite kan bulabildik. Kanamanın kaynağını bilmiyordum, o yüzden

kapattım ve dua ettim. Yardım etmeleri ve hastayı kurtarmaları için koruyucu meleklerden yardım istedim. Hasta yoğun bakım ünitesine kaldırıldı ve orada durumu kontrol altına alındı.

Yetmiş iki saat sonra, tamponu almak için hastayı relaparotomiye aldım. Tüm tedbirleri alıp karnı tekrar açtım, tamponu çıkardım ve tekrar kanama başladı. Bir kez daha tampon koydum ve melekleri yardıma çağırdım.

Şaşkın bakışlarım arasında kanama durdu. Alan, sanki hiç kanama olmamış gibi tamamen kurudu. Bugün bile kanamanın kaynağını bilmiyorum. Hasta, koruyucu melekler sayesinde kurtuldu.

Bir başka vakada, kanamalı bir on iki parmak bağırsağı ülserinden dolayı yaşlıca bir adamı ameliyat ettim. Kanama olan damarı bağlamak için laparotomi ve duodenotomi yaptım. On beşinci gün sızma oldu; bu, normalde aşırı miktarda sıvı kaybıyla duodenal fistüle ve ölüme sebep olur. Gece ve sonraki sabah, Tanrı'ya dua ettim ve ondan gelip kanamayı mühürlemesini ya da başparmağını kanamanın üzerine bastırmasını istedim. Oldu. Sızma sona erdi ve hasta daha sonra taburcu edildi. Bugün hayatta.

Dualar duyuldu. Tüm Evren, hastanın sağlığı için işe koyulur.

~ K.C. Vyas

Lütuf bize bir şekilde yardım etmek için bilge ve sevgi dolu kutsal bir kuvvet tarafından yeryüzüne uzatılan bir müdahaledir. Bu, bizim Tanrı dediğimiz kuvvet midir? Belki de tüm enerjiler ve oluşumlar –insanlar, hayvanlar, bitkiler, taşlar, fiziksel formdaki her şey– tek bir üstün kaynaktan gelir; bu kaynağa ister "Tanrı" deyin, isterseniz "yüce güç" ya da başka bir şey. Ve hepimiz kutsal güçten doğduk, çünkü kutsal güç

benliğimizin her atomunda saklıdır. Melekler de yeryüzüne ulaşabilir mi? Belki de tüm yüce varlıklar Tanrı'dan yeryüzüne inen elçiler ve kaynak enerjinin oluşumlarıdır. Melekler Tanrı'nın çocuklarıysa o zaman bizler de torunlarıyız. Herkese ve her şeye merhamet ve şefkatle yaklaşmak, hepimizin paylaştığı ortak kutsallığı tanımaktır.

Fiziksel iyileşmeye bir başka çarpıcı örneği Miriam anlatıyor.

• KUSURSUZ VİZYON •

Yaklaşık dört yıl önce sol gözümde göz felci vardı. O dönemde Florida, Stuart'taki evim ile kızımın Port St. Lucie'deki evi arasında mekik dokuyordum. Kızım, ilk bebeğini henüz doğurmuş, tam zamanlı çalışan bir avukattı ve Büyükanne Miriam torununa bakıyordu. Sabah sekizde adalet binasında buluşurduk; o bana bebeği verirdi ve ben bütün gün torunumla ilgilenirdim. Ancak otobanda araba kullanmanın stresi, daha önce yaralanmış olan sol gözümü çok yordu. Önceki kaza yaklaşık otuz yıl önce, bir lisede öğretmenlik yaptığım sırada yaşanmıştı. Spor salonundan geçerken bir basket topu yüzüme gelmişti. Aynı dönemde, yine bu gözün travma geçirmesine neden olan bir trafik kazası geçirmiştim.

Göz felci vizyonumu etkilediğinden otobanda araba kullanmak konusunda biraz sıkıntı çekiyor, yalnızca sol göze yansıyan büyük, dalgalı, gri, yatay çizgileri görüyordum. Bunun dışında sol gözümle hiçbir şey görmüyordum. Doktorlara vizyonumla ilgili sıkıntımı söylediğimde, yapılabilecek bir şey olmadığını söylüyorlardı.

Tampa Konferans Merkezi'ndeki atölye çalışmanıza katıldım. Bize gevşememiz ve ağrılardan kurtulmamız için bir

egzersiz yaptırdınız. O pazar akşamı Tampa'dan Stuart'taki evime döndüm ve sol gözümle görebildiğimi fark ettim. Artık dalgalı çizgiler görmüyorum. Bu göz elbette sağ gözüm kadar iyi görmüyor, ancak Tampa'dan eve araba kullanmak çocuk oyuncağıydı ve sebebini merak ettim. Şimdi biliyorum!

~ Miriam

Atölye çalışmalarımda, sürekli insanların derin huzur ve odaklı konsantrasyon seviyelerine ulaşmalarına yardımcı oldum. Bu derinliklerde, korkular ve hastalıklar çözümlenebilir. Beden ve zihin büyük ölçüde rahatlar. Geçmiş yaşam anısıyla ya da güçlendirilmiş perspektif ve anlayışla ya da başka yollarla iyileşme sık sık olan bir şeydir. Bazen semptomların kaybolması o kadar belirsizdir ki kişi ancak saatler sonra fark eder. Miriam yıllarca sol gözünde görüntü kaybıyla mücadele etti, ta ki bir akşam Tampa'da tekrar görmeye başladığı bir atölye çalışmasına kadar.

Gözlerin ruhun pencereleri olduğu söylenir. Bir insanın gözleri hayret ve coşkuyla parlayabilir, her deneyimi bir serüven olarak görebilir. Bu, gözlerin yeryüzündeki ilk turlarından biri olabilir ve gözler merceklerin ardında keyif alırlar. Yaşlı bir ruhun gözleri her şeyi daha önce görmüş olabilir ve onlar kadim zamanların engin kütüphaneleridir. Birkaç dakika önce doğmuş bir bebeğin gözlerine bakabilir ve onun bin yaşında olduğunu görebilirsiniz. Onların sonsuz sıcaklıkları ve bilgeliği gerçek yaşlarını ele verir. Ve ani bir elektrik şokuyla, gözler genelde bize o yabancının ruh eşimiz olduğunu bildirirken zihin bu hakikati anlama konusunda yavaştır. "Göz teması" gerçek ruh temasıdır.

Enkarnasyonlarımız boyunca gözlerimizin ne çok şey

gördüğünü hayal edin: dehşetler, güzellikler, nimetler. Zaman değişirken, dönüşürken, aşılırken onlar izlediler. Her kıtada her ülkeyi, Ay'ın çukurlarını, Tanrı'nın yüzünü incelediler. Aydınlanmaya baktılar ve belki de art arda gelen her yaşamla aydınlamaya daha uzun baktılar. Sonsuzluk boyunca, bedenlerimize baktılar –önce buna, sonra buna ve sonra diğerine– ve bunun biz olmadığımızı bildiler. Bir regresyon esnasında hipnoz evresine girerken gözlerimizi kapatırız ve görmeye başladığımız yer burasıdır.

İnsan hayatına yaptığımız pek çok dönüşte gözlerimizi değdirdiğimiz her şeyle geçmiş bir yaşamdaki kederlerin o gözlere yansıması normaldir. Miriam'ın vizyonu, atölye çalışmamda yer alan bir egzersize katıldıktan sonra düzeldi, bu bölümün son hikâyesi anlatan kızım Amy'nin de öyle.

• GÖRÜNMEYEN GÖRÜNTÜ •

Brian Weiss'ın kızı olarak bana defalarca kendi regresyonlarım ve tüm geçmiş yaşamlarımı keşfedip keşfetmediğim soruldu. Gerçek şu ki babamın yüzlerce atölye çalışmasına katılmış olmama rağmen, ender tecrübe yaşarım. Belki bunun sebebi, benim için, babamın hemen orada olmasıdır. Ya da belki altı veya yedi yaşında, ağabeyimin beysbol maçlarına gittiğimde babamın beni hipnoz edip bir tavuk gibi gıdaklatma girişimlerini hatırladığım için. Sebebi ne olursa olsun, onun grup regresyonlarından birine katıldığımda, geçmiş bir yaşama gitmeyeceğimi, ama büyük olasılıkla rahatlatıcı bir uyku çekeceğimi öğrenmiş bulunmaktayım.

Yıllar önce, Philadelphia'da, meme kanseri hastalarına holistik tedavi sunan bir hastanede çalışıyordum. Bir kısmı

Reiki uzmanları olan ekibin büyük bir bölümünün hastanede çalışmasının sebebi, hastanenin kendini tamamlayıcı tıbba adamış olmasıydı. Doğal olarak, babamın çalışmalarını hiç duymamışlarsa bile bu konuya açık olacak türden insanlardı. Dolayısıyla kardeşimi ve beni görmek hastaneye yaptığı bir ziyarette, babam hastanenin tüm çalışanlara bir hizmet içi eğitim verme nezaketini gösterdi.

Herhangi bir regresyon deneyimi yaşama olasılığımın en düşük olduğu atölye çalışması, etrafımda iş arkadaşlarım ve özellikle patronlarımın olmasından dolayı temkinli olduğum profesyonel çalışma ortamımdı. Dolayısıyla elbette burada oldu. Ayrıntılara geçmeden önce, geri alıp size biraz sağlık geçmişimden bahsetmek istiyorum.

Yirmi beş yaşımdayken yeni bir gözlük istediğim için ve reçetemin her birkaç senede bir yenilenmesi gerektiğinden, rutin bir göz muayenesine gittim. Teknisyen bana gözümde katarakt olduğunu söylediğinde kendimden geçtim. Her zaman bu hastalıkları –burada temkinli olacağım– yirmi beş yaş üstü insanlarla bağdaştırırdım. Bana hemen gözüme baktırmamı tavsiye etti. Sonrasında park yerinde oturup cep telefonumla annemleri aradığımı ve "Bende katarakt varmış?!" dediğimi hatırlıyorum.

Bir sürü göz doktoruna gittim, sayısız test yaptırdım, hatta gözlerimin teknoloji-harikası fotoğraflarını çektirdim. Hepsi aynı fikirdeydi: Gözlerimde katarakt vardı, hem de birkaç tane ve ırsiydiler, yani onlarla birlikte doğmuştum. Bu benim için şaşırtıcıydı: Tamamen farklı bir sebepten ötürü, çocukluğumda gözlerime kapsamlı testler yapılmıştı ve o zaman katarakt bulunmamıştı. Onlarla doğmuş olsaydım, mutlaka öncesinde tespit edilirlerdi, değil mi? Sonuçta, sonraki yıllarda ne zaman göz muayenesine gitsem, başka çeşitli göz problemlerinin yanı sıra kataraktlarım da çoğaldı; şiddetli olanlardan bir

kısmının görme kaybına sebep olabileceğini söylediler. Kimse neden bunların var olduğunu bilmiyordu ve en genç hastaları olmamdan ötürü benimle altan alttan dalga geçiyorlardı. Bu noktada ciddi anlamda kaygılanmaya başlamıştım. Gözlerime ne olacaktı? Neden bu kadar hızlı ilerliyordu? Ve neden aniden yaşlı bir adamın gözlerine sahip olmuştum?

Babam o gün hastanede grup regresyonu yaparken katılımcılardan belirli bir fiziksel rahatsızlık ya da semptom düşünmelerini ve bunu açıklayacak bir geçmiş yaşama dönmelerini istedi. Yakın zamanda benim durumumu konuşmuştuk, bu yüzden göz göze geldik ve babam gülümsedi; o talimat, her ne kadar odadaki çoğu insan için geçerli olsa da, bizzat bana verilmişti. Hâlâ, bunca yıl denemiş olmama rağmen geçmiş bir yaşama gidebileceğimden ya da geçmiş bir yaşamı göz ucuyla görmenin ötesine geçebileceğimden kuşkuluydum.

Bir anda kendimi Ortaçağ'da, belki on dört veya on beşinci yüzyılda yaşayan yaşlı bir adam olarak gördüm. Almanya veya Fransa ormanlarında olduğumu biliyordum; ayırt etmek zordu, ama net bir şekilde göremediğim için değil. Ormanın derinliklerinde yaşıyordum ve insanların koyduğu sınırlar burada söz konusu bile değildi. Adım "Althrimus" ya da "Althrymus" gibi bir şeydi, ama ben hiçbir zaman böyle bir ismin var olduğunu doğrulayamadım. Elli veya yatmış yaşlarında, uzun, bitkin yüzlü ve beyaz saçlı bir adamdım. İçinde yaşadığım küçük, taş kulübe yuvarlaktı ve çatısı sazdan yapılmıştı: Yalnızca tek bir odası vardı ve son derece sade ama sıcak bir yerdi. (Mevcut yaşantımda başka insanların boğucu olduğunu düşünebilecekleri küçük kulübe ve odalarda kendimi hep evimde hissetmişimdir.) Her gün ormanlarda dolaştığımı, taşlar, yapraklar ve şifalı otlar topladığımı, sonra onları incelediğimi ya da evin farklı yerlerinde yerleştirdiğimi

görebiliyordum. Komşu kasabalılar bana "sihirbaz" diyorlardı, ama ben zeki bir adam değildim ve özel güçlerim de yoktu. Işin aslı, gelişimsel engelliydim. Onlar yalnızca benim doğal nesnelerle çok zaman geçirdiğimi görmüş ve onları sihir için kullandığımı varsaymışlardı. Anlamadılar; bırakın davranışlarını etkilemeyi, insanlar umurumda bile değildi. Ben ancak toprakta oynayıp solucanlar çıkaran küçük bir çocuk kadar sihirbazdım. Daha doğru bir terim *natüralist* olabilirdi.

Asla kasabaya inmiyordum. Yalnız yaşıyor ve başka insanlarla ender iletişim kuruyordum. Evim ormanlardı ve orada mutluydum. Ben basit bir adamdım ve hiçbir şey beni tek başıma olmak, ormanda ve evimde zaman geçirmek kadar mutlu etmiyordu. Regresyon sırasında bu gerçek beni gülümsetti, çünkü o kadar aşırı boyutlarda olmasa da bazı karakteristik özellikleri mevcut yaşamıma taşımış olduğumu fark ettim. Ama kasabalılar, benden hayır gelmeyeceğine inandıklarından bir çete kurdular ve ellerinde meşalelerle gelip evimin içinde ve dışındaki her şeyi ateşe verdiler: Her ne kadar taş koleksiyonlarım ve içinde küçük nesneler bulunan kavanozlardan ibaret olsa da şahsi eşyalarımın dışında evimin etrafımdaki orman, o güzel ağaçlar, arkadaşlarım, her şey yandı. Bu sırada ben kulübedeydim ve onlardan kaçmaya, bildiğim tek evimi ve hayatımı terk etmeye mecbur bırakıldım. Ama kaçmadan önce, yangın beni kalıcı olarak kör etmişti. Önümde duran adamın bana gözlerini göstermek için gözkapaklarını indirdiğini ve onların süt beyazı bir filmle kaplandıklarını görebiliyordum.

Ah Althrimus, dedim içimden. Derin bir üzüntü ve yas içindeki bu zavallı adama karşı merhamet duyuyordum. O bendim, elbette, ama ben onu ruhumuzun yirmi birinci yüzyıl bakış açısıyla görüyordum. O dönemde ben olan bu adam psikolojik ıstırabıyla tükendi. Diğer insanların neden kasıtlı olarak böyle

bir yıkıma sebep olduklarını, ona, bu insanlarla asla temas kurmamış ve tek istediği yalnız kalmak olan bu adama neden böyle bir şey yaptıklarını anlayamıyordu. O bir sineği bile incitmezdi; bunu biliyorum, çünkü günlerini sinekleri arayıp onlarla arkadaş olarak geçirdi. Belki de bunu entelektüel engellerinden dolayı anlayamıyordu; belki de tek sebebi, bir zihnin böyle anlamsız bir vahşeti kavramasının imkânsız olmasıydı. O dönemde ne kadar "aptal" olsam da cehaletle hareket edenler köylülerdi. Beni asıl üzen, evimi ya da gözlerimi kaybetmiş olmam değildi. Bu kasabalılar yok yere bir cadı avına düşmüş, benim büyücülük ya da cadılık yaptığıma inanmış ve bu yüzden hayatımı yok etmek istemişlerdi. Oysa bunlar benim hayal bile edemeyeceğim kavramlardı. Her ne kadar insanlar sürekli daha kötü şeyler yaşasalar da –şimdi bile, bugün ve çağda– ben ciddi anlamda öfkelenmiştim, kendime acıyordum ve belli ki kurbanı oynamaya gönülsüz değildim.

Althrimus hiçbir zaman bu çaresizlik duygularının üstesinden gelemedi. Bu duygular bataklık kumları gibi onu içlerine çekti ve yuttular. Kalbim onun kalbine bağlandı ve ben onun ıstırabını kendi ıstırabım gibi hissettim ki aslında hem öyleydi hem de değil. Orada, diğer tüm iş arkadaşlarımın yanında bir sandalyede oturdum ve gözlerimde yaşlarla bu adam için ağladım.

Daha sonra babam gruba, deneyimlediğimiz hayattan öğrenilecek herhangi bir mesaj olup olmadığını sordu. Yanıt olarak Althrimus bana işe yaramaz beyaz gözlerini işaret etti ve "Üzüntü gözleri bulutlandırır," dedi.

Mesajın iki taraflı anlamı beni aniden sarstı. Bir katarakt, elbette, göz lensinin bulutlanmasıydı. Althrimus'un gözleri yanma sonucunda fiziksel olarak bulutlanmıştı; benim gözlerim ise Althrimus olmanın bir sonucu olarak bulutlanmıştı. O öldükten sonra bile, şimdi benim işgal ettiğim bedende

enkarne olduktan sonra bile bu ağır üzüntüyü bırakmamıştı. Sonuç olarak ben de bunun dünyanın nasıl bir yer olduğuna, insanların iyi olup olmadıklarına, güvende olup olmadığıma, hayatının acı verip vermediğine dair vizyonumu bulutlandırmasına izin vermiştim. Kesinlikle ben de bu hayatta herkes gibi kendi payıma düşen ve bazen hiç gitmeyecekmiş gibi görünen üzüntüleri yaşamıştım. Belki de o karanlık, inatçı bulutun başımın üzerinde dolanmaya devam etmesine, vizyonumu bulandırmasına izin veriyordum. Belki de gözlerim, benim anladığım şekilde olmasa da gerçekten bozuktu.

Bu bağlantı o dönemde ne kadar anlamlı olsa da, zaman içinde unuttum. Birkaç yıl sonra tüm ülkenin en meşhur optalmoloji merkezlerinden biri olan Bascom Palmer'dan bir randevu almayı başardım. Alanında tanınmış bir uzman olan doktor kataraktımı muayene etti. Ancak bu kez açıklama çok farklıydı.

"Tek bir katarakt var," dedi "ve doğuştan değil. Bir travma sonucunda ortaya çıkmış." Benim için bir kâğıda lensimin bir resmini çizdi ve bana bu bilinmeyen travmatik olayın gözüme ne kadar zarar verdiğini gösterdi. Endişelenmeme gerek yoktu; daha fazla büyümeyecekti, çünkü onun deyimiyle bu "hayatta-insanın-başına-bir-kez-gelecek" bir olaydı. O hayatın Ortaçağ'da olduğunu bilmesine imkân yoktu. Bu, benim vizyonumu etkilemiyordu ve etkilemeyeceğini de ekledi. (İlk teşhisimden altı buçuk yıl sonra, bir başka göz muayenesine gittiğimde, gözümde katarakt olmadığı söylendi.) Bunun doğuştan var olan bir şey olduğunu ne çok duymuştum, ama gerçek anlamda kör olduğum bir geçmiş yaşamı hatırladıktan sonra, şimdi durum aksiydi. Geçmiş yaşam anısının durumun aksine dönmesinden sorumlu olabileceği hem imkânsız hem de bir o kadar mümkün görünüyor.

Tuhaf bir şekilde, hastanedeki regresyondan üç yıl sonra

hipnoz alanında lisansımı alırken kendimi nasıl hipnotize edeceğimi öğrendim. Bir gün, kendi kendime başlattığım bir transla Althrimus'u tekrar ziyaret edip onunla konuşup konuşamayacağımı merak ettim. Ve yaptım. Onunla küçük, yangına teslim olmuş kulübesinde buluştum ve oturup geçmiş yedi yüz yılı yâd ettik. Ona onun ve benim olduğumuz her şeyi anlattım. Harp çaldığımı söylediğimde gözleri parladı, çünkü bir Ortaçağ enstrümanı olan harpın ne olduğunu iyi biliyordu. Ona yazmayı sevdiğimi söyledim. Althrimus, bırakın yazmayı, okumayı bile bilecek kadar zeki ya da eğitimli değildi. Gelecekteki benliğinin okuma-yazma bildiğini öğrenince gözleri gururla parladı. Ama belki de en eğlenceli ve zorlu yanı, ona bir hobi olarak fotoğrafçılıktan ne kadar keyif aldığımı anlatmam oldu. Kameranın ne olduğunu ve nasıl çalıştığını anlatmaya çalışmak modern beynimi oldukça zorladı. Bu kavram karşısında heyecanlandı. Ortaçağ'da yaşayan bu adam dinlemek ve bir fotoğrafın ne olabileceğini hayal etmek için arkasına yaslanırken yüzündeki ifade giderek yoğunlaştı. Bu hayatta doğada yalnız kalmaktan, kuşların ve çiçeklerin fotoğraflarını çekmekten daha çok sevdiğim çok az şey vardı ve Al, doğaya olan sevgisinin sürdüğünü ve şimdi gelecek nesiller için kaydedildiğini öğrendiğinde çok mutlu oldu.

O ve ben hâlâ dünyayı net bir şekilde görmeyi öğreniyoruz. Bu yüzyıllara ve farklı hayatlara yayılmış bir süreç oldu ve biraz daha zaman alabilir. Ama ben, ikimizin de gözlerimizdeki bulutların kalkmasına hazır olduğumuza inanıyorum.

~ Amy Weiss

Bir bebek olduğu günlerde bile Amy bir odayı aydınlatabilirdi. Işığı, içsel ışığı öyle yumuşak ve teskin ediciydi ki bir meşa-

leden çok bir kâğıt fener gibiydi. Işığı narin bir merhametti ve her zaman hayvanlara ve doğaya düşkün bir çocuk olmuştu. Bilgiye eriştikçe, fiziksel gözleri netleşti. Ama kalp gözleri her zaman net ve açıktı ve bir kartalın delici bakışları gibi, gözleri bir insanın içsel özündeki sahtekârlığı ve ikiyüzlülüğü görebilirdi. Kalplerimiz, gözlerimizin göremediklerini görür.

Yaklaşık sekiz yüz yıl önce, Zen rahip Dogen Zenji şöyle yazdı: "Tüm şeyler ve tüm varlıklara bir şefkat yüzüyle yaklaş." Sözleri o zamanlar bilge ve doğruydu ve hep böyle kaldı. İnsanlık tarihinin başlangıcından bu yana, şefkatlilik hep üstün bir erdem olarak görüldü. Yüreklerimiz açıldığında ve cömertlik, sevgi ve merhametle dolduğunda, insanlık en yüksek potansiyeline ulaşır.

Basit bir adam olan Althrimus çevresindeki her şeye, hayvanlara ve doğaya şefkat hissediyor ve bu duygusunu ifade edebiliyordu. O eğitim ya da zekânın etkisinde değildi. Bir çocuk gibi masumiyetini korumayı başarmıştı, ta ki şiddet yanlısı bir grup onun neşesini ve görme yetisini yok edene kadar.

İnsanları mutluluklarından ve neşelerinden yoksun bırakmak korkunç bir eylemdir. İnsanları beslemek ve onların huzura, mutluluğa ve hayallerine ulaşmalarına yardımcı olmak kutsal olandır.

"Amy" yaşamlarını birbirine bağlayan spiritüel öz ya da ruhtur. O belirli bir beden ya da zihin değildir; o süregelen ve ebedi bir özdür. Ölümsüzdür, hepimiz öyle. Ve Althrimus da ömrünün sonunda, gerçek anlamda ölmedi. Yalnızca bedeni öldü, ama daha sonra yirminci yüzyılda Amy olarak enkarne oldu ve yaşama devam etti. Kendimizi beden değil, birer ruh olarak tanımak, sevdiklerimizin ölümlerinin yanında kendi ölümlerimize dair algımızı da değiştirir, çünkü bizler her zaman ruhta ve dünyada yeniden buluşuruz. Bir sonraki

bölüm ölümsüzlüğümüzü net bir şekilde betimlemekte ve ebediyet farkındalığının yasın boğucu hakimiyetini nasıl dağıttığını göstermektedir.

·6·

Yastan Kurtulmak

Yas öyle yıkıcı ve ıstıraplı olabilir ki her gün yaşamayı dayanılmaz bir yüke dönüştürerek hayatın tüm neşesini tüketir. Kelime anlamıyla nefesinizi keser. İlk oğlum Adam'ın ölümünden on yıl sonra, sessiz ofisimde Catherine geçmiş yaşamlarını hatırlamaya başladığında, bizlerin yalnızca beden değil ruh olduğumuzu, ebedi olduğumuzu ve sevdiklerimizle yeniden buluşacağımızı öğrendim. Ama Adam öldüğünde bunları bilmiyordum.

Adam'ın 1971 yılında, henüz yirmi üç yaşındayken gelen beklenmedik ölümünün çalışmama rehberlik eden bir kuvvet olduğunu anladım. Babamın ölümünden sonra da yas tuttum, ama Adam'ı kaybettiğimde daha çok, çünkü bir evladı kaybetmek işlerin doğal gidişatından bir sapmadır. Bir insanın tüm umutları yıkılır; kalbi parçalanır. Acı ölçülemez ve ifade edilemez. Bunun derinliğini birinci elden biliyorum, bu yüzden bu süreçten geçen diğer insanları çok iyi anlıyorum. O zamandan beri, fiziksel bedenin ölümünden sonra bilincin sürekliliğini öğrendim. Sevdiklerimizin yaşamaya devam ettiklerini, yalnızca diğer tarafta olduklarını ve onlarla tekrar tekrar buluşacağımızı öğrendim. Kaybetme ve ölüm korkusu denklemden çıkarıldığında, yas da o kadar boğucu olmaktan çıkar.

Bu beş hikâye spiritüel bilgeliğe erişmenin yası nasıl iyileştirdiğini ve yaşamlarımızda huzur ve içsel sakinliği nasıl sağladığını göstermektedir. Bize sevginin asla kaybolmadığını hatırlatırlar. Geçmiş yaşam anıları, doğum öncesi ve bebeklik anıları ve mistik deneyimler, bu bilginin kazanılabileceği yollardan yalnızca birkaçıdır. Belki de bu bölümdeki sözleri okumak da bir diğer yoludur.

Yasın korkunç yükü omuzlarımızdan kaldırıldığında, kendimizi daha hafiflemiş ve tekrar daha canlı hissederiz. Ben bu süreci yaşadım ve canlandırılmanın minnetini biliyorum.

Bu hikâyeler size de nefes verecek.

• ENGİN BİR SEVGİ PATLAMASI •

Kocam Richard'la stresli bir evliliğimiz ve dört harika çocuğumuz vardı. Bir havayolu pilotu olarak görevinden emekli olduğunda, benim doğup büyüdüğüm yer olan Güney Afrika'ya, Cape'in güzel doğasındaki küçük McGregor Kasabası'na taşındık. Etrafımız dağlar ve vahşi bozkırlarla sarılmış bir halde, yalnızca kendime "hayatın anlamı" olduğunu söylediğim bir şey arayışındaydım. Dr. Weiss'ın yazdığı beş kitap buldum. Onları keyifle tekrar tekrar okudum; içimde bir yankılanma hissettim. Bu, hakikatti; bu aradığım sevgi dolu, her şeyi kucaklayan anlamdı. Kocam, "Lee, tuhaflaşmaya başladın," dedi.

Sonraki birkaç yıl boyunca, önceki gibi yaşadık – mutsuz değil, ama elimizden gelenin en iyisini yaparak. Çocuklarımızı ziyaret etmek için altı haftalığına ülkeden ayrıldım ve döndüğümde Richard farklıydı. O da Brian'ın kitaplarını okumuştu. Keyifli bir şekilde, şimdi hemen her konuda açıkça konuşa-

bildiğimizi fark ettik ve sonraki aylar paylaştığımız en mutlu zamanlardı. İlk kez birbirimizi koşulsuz bir şekilde sevdiğimizi söyleyebiliyorduk ve ikimiz de gerekli, ama şimdi mümkün olan değişimlere başladık.

2002 yılında, en büyük oğlumuz Will ve eşi yurtdışı seyahatindeyken evlerine göz kulak olmak üzere Fransa'ya gittik. Keyifli ilişkimiz devam etti ve gelişti. Andorra'ya gittik ve Büyük Pirene'nin altındaki o tatlı kasabada akşam yemeği yerken ikimizin de hissettiği o mutlak neşeden söz ettik. Richard bana, "Bu gece ölürsem, Lee, her şey, her şey şu anda sahip olduğumuz şeye değer," dedi.

Richard iki gün sonra şiddetli bir kalp krizi geçirdi ve öldü. Hastanede yoğun bakımda onun yanındaydım. Bana söylediği son sözler, "Seni sonsuza dek seveceğim," oldu ve son anda fısıldadı: "Biz kazandık!"

İki büyük oğlumuz hemen yanıma geldi ve yaz ortasındaki o pazar günü birbirimize sarıldık ve dilimizde yalnızca Richard'ın adıyla yasımızı haykırdık. O akşam, Will köpeğini yürüyüşe çıkardı ve James, ikinci oğlumuz ona eşlik etmeyi teklif etti. Kapıdan geçtikleri sırada, Will'in, "Babam bu kapı sövelerini geçen sene benim için yaptı," dediğini duydum ve James birine tutunup öylece kaldı.

Verandada tek başıma ağladım, ayaklarımı sürüyerek küçük bir adım attım ve mutlak bir huzura ayak bastım. Bu huzuru bozmamak için nefesimi tuttum, ama tekrar nefes almak zorundaydım. O huzur kaldı. Derin bir iç çektim ve fısıldadım: "Ah, Richard, burada olsaydın ve ben sana bunu söyleseydim, ne derdin biliyorum. 'Lee, yine tuhaflaşmaya başladın,' derdin."

O anda Richard'ın kolları beni sardı ve bana sıkıca sarıldı. Yalnızca sağ kulağımda onun sesini duydum: "Tuhaf mı? Lee,

bir bilsen. Bu öyle... harika ki!"

O anda buz kestim. Belirsiz bir şekilde oğullarımın geri döndüklerini hissettim; beni döndürdüklerini ve veranda masasında bir sandalyeye oturttuklarını hissettim. Gözlerimi açmadım ve onlara neler olduğunu anlatabilmeyi istedim, ama her ikisi de kuşkucuydu ve o anda deli bir anneye ihtiyaçları yoktu. Ben de yalnızca ellerini tuttum.

Aniden James elini avucumdan çekti ve başımı kaldırdığımda yüzünün kıpkırmızı olduğunu gördüm. Bir anda bağırmaya başladı: "Bu iyi değil! Size anlatmak zorundayım! Öfkeliyim, öfkeliyim, ama kapı sövesinin yanında durduğumda inanılmaz bir huzur hissettim. Hatta kendimi öyle suçlu hissetmeye başladım ki babam bana sarıldı ve yalnızca sağ kulağıma, 'James, James, her şey yolunda. Her şey tam da olması gerektiği gibi,' dedi."

Benim bir şey söylememe fırsat kalmadan Will kollarını havaya savurdu ve "Ah, teşekkürler, Tanrım!" dedi. "Teşekkürler, James! Ben de delirdiğimi düşünmüştüm. İşimi bırakmak zorunda kalacaktım çünkü deli pilot olmaz. Bana da aynı şey oldu. Çitlerin orada durdum ve tuhaf bir rahatlama ve mutlak bir huzur hissettim. Sonra tam kendimi suçlu hissetmeye başladığım sırada babamın kolları beni sardı, gerçek bir baba sarılması ve sonra sağ kulağıma fısıldadı: 'Will, ah Will, her şey olması gerektiği gibi,' dedi. Bana gözlerimi açmamı ve bakmamı söyledi. Bir anda her şeyi gördüm ve her şey birdi, her şey sevgiydi!"

Sonra ben de onlara yaşadığım şeyi anlattım. Gecenin geri kalanını sessizlik içinde geçirdik, bir tek Will ve James arada bir birbirlerine dönüp şunu söylediler: "Kesin!"

O huzur bizi sonraki birkaç gün ayakta tuttu. En küçük oğlum benimle birlikte McGregor'a uçtu ve yeni bir rutin oluşturmama yardım etti. Sonra Richard benimle tekrar konuştu,

"Bu gerekli," dedi, "uzun sürmeyecek." Ama ben tekrar keder içindeydim. Yasım öyle büyüktü ki yalnızca alışverişe bile gitsem, ancak yanımda Dr. Weiss'ın kitaplarından biri olduğu takdirde hayata devam edebildiğimi fark ettim. Richard'ın öldüğü gece yaşadığımız olayı kız kardeşime anlattım. Aşırı tutucu bir dine bağlı olan kardeşim bana "ruhlar çağırdığımı" söyledi ve bana "Endor Cadısı" dedi, bir daha da ne benimle konuştu ne de mesajlarıma cevap verdi.

Her şeye rağmen ben değişmeye, olmam gereken insan olmaya kararlıydım. Çoğu zaman ağlayarak, yalnızca sevgi dolu olmakla kalmayıp aynı zamanda sevmeyi öğrenerek mutlak dürüstlüğe ve açıklığa kucak açmaya başladım. Bozkırlarda tek başıma yürüdüm.

Bir pazar sabahı, dört köpeğimi, hiç kimsenin olmadığı uzun yürüyüş parkurlarımızdan birin götürdüm. Bunlar, başka, uzun zaman önce yaşanmış bir hayata dair güçlü anılar görmeye başladığım zamanlardı. Ben bunların "fasılalar" olduğunu düşünmüştüm. Bu düşünceleri kafamdan atmaya çalıştım, ta ki biri bana, gül yapraklarıyla süslenmiş ve mum ışığıyla aydınlatılmış bir yemek masasında kendimi gösterene kadar. Ortaçağ'daydım. Utangaçlığımdan dönüp bakamadığım yaşta büyük, çok bilgili bir adamın yanına oturmuştum. On altı yaşındaydım ve o adama âşıktım. Masaya baktığımda sağ elini gördüm. Parmakları bir cevizle oynayıp onu tıpkı Richard'ın bozuk paralar ve diğer küçük nesnelerle yaptığı gibi yuvarlarken gömleğinin gri yakası aşağı sarkmıştı. Kalp atışlarım hızlandı. Bu adam her kimse, o Richard'dı. Birden kendime geldim ve derin derin nefes aldım. Hâlâ tasmaları bağlı olan dört köpeğim aniden eskiden oraya yürüdüğümüzde Richard'ın beni beklediği yere doğru hamle yaptı. Köpekler yarım daire şeklinde oturup kuyruk sallamaya başladılar ve

ben o alana adım attığımda Richard'ın mevcudiyetinde huzur bulacağıma emindim.

Ve buldum da, bir an için. Ama kesinlikle net bir şekilde, Richard'ın yanımda, "Sen 1100 yılında doğmuştun," dediğini duydum. Yerimden sıçradım ve zavallı köpeklerimi yanımda sürükleyerek yürümeye başladım ve eve kadar koşarken her adımda "İspatla! İspatla!" diye bağırdım.

Bu tepkiyi durduramadım, bunun üzerine hemen, her ne kadar o sırada enkarnasyonu kabul etmese de bana yaklaşımı çok iyi olan ve Richard'ı da iyi tanıyan bir arkadaşımı görmeye gittim. Bu arkadaşımız, Manie, o dönemde rüyaların önemli olduğuna da inanmıyordu. Manie'yi yatağında yatarken buldum. Bir dizini kıvırmış, diğer ayak bileğini de onun üzerine atmıştı. Göz alıcı çiçekler açan bir jakaranda ağacına bakıyordu. İçeri girdiğimde Manie gelişimle ilgili hiçbir şey söylemedi, bir süre sonra şöyle dedi: "Lee. İnanılmaz bir rüya gördüm."

Pencereden bakmayı sürdürerek devam etti: "Çok güzel bir bahçede olduğumu gördüm. Yemyeşil çimler ve çiçekler – ah, o çiçeklerin kokusu. Bahçede yürüdüm ve Richard'ın bana doğru yaklaştığını gördüm. Buluştuk. Sarıldık. Bana, onun için bir şey yapıp yapamayacağımı sordu. 'Elbette,' dedim. 'Ne istersen Richard.' 'Lee daha sonra buraya gelecek,' dedi Richard. 'Ona benden bir mesaj iletir misin?'"

Sonra Manie yatağında doğruldu ve özür diledi. "Lee, mesaj tam bir saçmalık. Gerçekten. Ama Richard'a söz verdim." Üzgün gözlerle bana baktı. "Richard dedi ki: 'Lee'ye söyle, dokuz yüz yıl önce ben büyük, büyük bir yunustum.'"

Otuz yıl önce, Richard henüz savaş pilotu olmamışken Hava Kuvvetleri'nde On Dokuzuncu Hava Filosu'yla birlikte uçmuştu ve onların amblemi yunustu. Yunusları ilk kez

gördükten sonra onlara âşık olmuştu. Bana yanında adının yazdığı dev English Electric Lightning tipi uçağı gösterdiğinde, kuyruğundaki yunusu işaret etmiş ve gururla "Şimdi bir yunusum!" demişti. Daha sonra İngiliz Havayolları'nda çalışmak üzere Hava Kuvvetleri'nden ayrılmıştı ve bir gece karanlıkta ona bir yunus olmayı özleyip özlemediğini sormuştum. Sonra nükleer savaş tehdidinden bahsetmiştik ve Richard, hayatta kaldığı takdirde bana bir mesaj ileteceğini, ama mesajda *Ben bir yunusum* sözleri olmadıkça hiçbir mesajın ondan geldiğine inanmamamı söylemişti.

Otuz yıl sonra Manie bana tekrar bu sözleri söyleyene kadar, bu mesajı tamamen unutmuştum. Hayatımda ilk kez bayıldım. Kendime geldiğimde Manie'ye her şeyi anlattım. Ve harika bir şekilde, Manie kısa süre sonra kendi regresyonlarını yaşadı ve enkarnasyon kavramını kabullendi.

Her şeyi kabul etmiştim, ama hâlâ bir tür keder içindeydim. Çocuklarım bana herhangi bir şey yapabilecek olsam ne yapmak isteyeceğimi sordular ve ben hemen, "Dr. Brian Weiss'la bir saat geçirmek isterdim," dedim. Yarım saat sonra bana, Brian'ın New York'tan yola çıktığı ve bir atölye çalışması gerçekleştirdiği gemide bir kabin ayarladılar. Brian'la yaptığım ilk seansta, sevgi ve ışıkla parlayan bir sahnede, ilk hipnozun gerçekten de bilinçli bir rüya planlamak gibi olduğunu öğrendim ve Brian'ın sevgi dolu sesiyle, Ortaçağ Paris'indeki bir yaşama döndüm. Vizyon, yaşça büyük olan Richard'la inanılmaz bir aşk ilişkisiyle başladı. Bu ilişki, ben on sekiz yaşıma gelip bir rahibe olmaya mecbur edildiğimde sona ermişti. Richard bir rahip oldu ve ben hayatımın geri kalanını çok mutsuz geçirdim. Onu odasında, alnını ve kollarını kanatana kadar taş bir duvara vururken ve ismimi yüksek sesle haykırırken gördüm. Eğer o yaşamda bu küçük gerçeği bilmiş olsaydım, bir rahip

olarak ıstırapla geçen yıllarımda iyileşebilirdim.

Ama o hayat, şimdi yaşadığım hayatın tam tersiydi. Ortaçağ'da hiçbir özgürlüğüm yoktu; mevcut yaşamımda son derece özgürüm. Bu regresyonu yaşadığım için çok mutluyum. Benim için bu, ihtiyacım olan büyük değişimdi. Richard öldüğünden beri midemin ve yüreğimin içinde parçalanan camlar gibi bir his veren yası iyileştirmişti. Hayal edebileceğimin de ötesinde kutsanmıştım. Buna ek olarak, kısa süre sonra, benimle yıllardır konuşmayan kız kardeşimden bir mektup aldım. Richard'ın ölümünden sonra oğullarımla yaşadığım deneyime yanıt olarak yazıyordu. Şöyle demişti: "Bu sabah Tanrı'yla olan sessiz zamanımda, O bana sana ve ailene engin bir sevgi patlaması sunulduğunu ve bundan uzak durmam gerektiğini söyledi. Sevgilerimle." Şimdi yıllar geçtikçe, hayatım o kitapları aldığım ilk günden beri çok güzel, tatlı ve harika bir şekilde farklı.

~ Lee Leach

Bu hikâye öyle dokunaklı ve öyle güzeldir ki sizden yalnızca hikâyeyi bir kez daha okumanızı ve kendinizi Lee, James ya da Will'in yerine koyup Richard'ın mesajlarını işitmenizi ve hissetmenizi isteyebilirim. Mesajlar çok doğrudur. Ben, "Sürece güvenin," derim ve Richard, "Her şey tam da olması gerektiği gibi," der, ama bunlar aynı kavramlardır. Ben asla ölmediğimizi, ruhlarımızın ya da bilincimizin fizikşel bedenlerimizin ölümünden sonra yola devam ettiğini yazarken Richard bize bunu göstermek ve şunu eklemek için gelir: "Bir bilsen. Bu öyle... harika ki!" Lee'nin dokuz yüz yıl öncesine gittiği regresyonu tamamen nihai bir doğrulamaydı ve şimdi Lee her şeyi anlıyor ve kusursuz bir huzur hissediyor. Onun yası iyileşti.

1980'lerde, Miami Beach'teki Mount Sinai Tıp Merkezi Psikiyatri departmanının başkanıyken, sık sık işten eve dönmeden önce meditasyon yapardım. Bir keresinde, güzel bir kış akşamında eve doğru yola koyulmadan önce gökyüzünde alçakta duran gümüş rengi, muhteşem bir ay gördüm. Arabanın açık camlarından içeri yumuşak, hafif kokulu bir deniz esintisi doldu. Derin bir huzur farkındalığımı doldurdu. O anda, algılarımda ani bir değişim oldu. Sanki tüm dişler hizaya geldiği anda bir kilit kombinasyonu açılıvermişti. Somut nesnelerin etraflarında altın bir ışık vardı ve artık somut gibi görünmüyorlardı. Neredeyse yeni kazandıkları şeffaflıklarından içlerini görebiliyordum. Huzur duygusu yayıldı. Her şeyin kusursuz olduğunu, hiçbir kaza olmadığını ve endişelenmenin ya da korkmanın gereği olmadığını biliyordum. Sonra bir ses usulca fısıldadı: "Her şey olması gerektiği gibi. Her şey bu haliyle kusursuz."

Kusursuz olmayan şeylerin fiziksel seviyede nasıl göründüklerini biliyorum. Şiddet, kazalar, hastalıklar ve diğer travmalar beklenmedik bir şekilde ve sürekli yaşanıyor gibi görünüyor. Baktığınızda, hayatlar bir anda mahvoluyor. Her şey yalnızca kozmik seviyede kusursuz ve olması gerektiği gibidir.

Fiziksel yaşam, öngörülmeyen replik değişimlerinin sürekli yaşandığı ve sahnede kaosun hüküm sürdüğü bir tiyatro oyunu gibidir. Aktörler perdenin arkasına geçtiğinde, oyunun patırtısı sona erer. Aktörler maskelerini çıkartırlar. Gerçek kimliklerine ve yaşamlarına bürünür, geçici olarak sergiledikleri karakterlerden çıkarlar. Mevcut bedenlerimiz sahne karakterlerimiz, ruhlarımız gerçek kimliklerimizdir. Oyun sırasında sahnedeyken, karakterler korkunç talihsizlikler yaşar, hatta ölürler. Ama aktörler asla zarar görmezler.

Kendi ölümsüzlüğümüz bağlamında, tüm zamanları aşan ebediyette, her şey tam da olması gerektiği gibidir.

• ANNE KUCAĞI •

Birkaç yıl önce, Alaska'ya doğru ilerleyen bir gemide seminerlerinizden birine katılmıştım. Bir seansta, bizi geri döndürdüğünüz ve doğumumuzu tekrar yaşattığınız bir grup regresyonu yaptınız. Ben başa döndüm, kendimi rahimde ve sonra doğarken hissettim ve sonra en olağanüstü şey oldu. İlk kez annemin kucağına verildiğim ânı bir kez daha yaşadım.

Annem ve babam, ben sekiz yaşındayken birbirlerinden beş ay arayla vefat etti. Bu olayın travmasından dolayı, anneme dair hiçbir anım yok. O gün regresyon sırasında, siz bana çok özel bir anıyı geri verdiniz.

Siz grupla konuşurken, "Vay canına! Bu doktor çok tatlı," diye düşündüğümü hatırlıyorum. Sonra annemin kollarındaydım ve o yüzünde bir tebessümle bana bakıyordu. O noktada siz grubu geçmiş bir yaşama götürdünüz, ama ben şöyle düşündüm: *Ondan ayrılmamın hiçbir yolu yok. Kırk üç yıldır annemle birlikte olmadım. Şimdi burada kalacak ve bunun keyfini çıkaracağım.* Ve siz grubu regresyondan çıkarana kadar yaptığım şey tam da buydu.

O tecrübeden önce ben (nispeten) iyi işlev gösteren bir yetişkindim, ama o tecrübeden beri yüreğimde daha önce orada olmayan bir soğukkanlılığa ve özgüvene dönüşen ekstra bir parlaklık taşıyorum. Bu, annesi onu sevgi ve desteğiyle telkin ettikten sonra yeşeren, becerilerinden kuşku duyan küçük bir çocukla aynı çizgidedir.

Dün annemin doğum günüydü; yaşasaydı seksen dört yaşın-

da olacaktı. Onu telefonla arayamasam da onunla bir rüya aracılığıyla iletişim kurdum ve bunun için o regresyona da hakkını vermem gerek. O gün kurduğum bağlantı, diğer tarafla anneme ne zaman ihtiyaç duysam erişebileceğim küçük bir açıklık bıraktı ve ben bu olağanüstü armağan için minnettarım.

~ Patricia Kuptz

İnsanların bu tecrübeleri yaşamalarına yardımcı olduğum için çok mutluyum. Doğum öncesi ve bebeklik anıları, ebeveynler ve diğer insanlar tarafından defalarca doğrulandı. Bunlar gerçek ve doğru anılardır.

Bu ilk anılara erişmek zor değildir. Ben önce bireyin derin bir konsantrasyon ve rahatlama seviyesine ulaşmasına yardım ederim. Sonra zamanda geriye, gençlik dönemine, çocukluğa, bebekliğe ve rahim evrelerine geçeriz. Kişinin zihninde bir görüntü, bir sahne, bir koku ya da bir olay netleşirken ben beşten bire doğru sayarım. Başta, görüntü bir enstantane ya da fotoğraf gibi görünebilir. Hatta bir film gibi de görünebilir. Bazen görüntü yerine bir his, bir bilme vardır. Ben seviyeyi daha da derinleştirdikçe, genelde duyuların, hislerin ve duyguların eşlik ettiği sahne daha da netleşir. Sonunda ulaşırız ve harika buluşmalar ve anılar bize sevginin asla son bulmadığını, sevdiklerimizin geçmişlerimizde ve geleceklerimizde yaşadıklarını hatırlatır.

O soğuk Alaska sularında, ben o anda bilmesem de bir mucize gerçekleşiyordu. Patricia'nın hayatı sonsuza dek değişti. Kırk üç yıldır içinde taşıdığı yas çözümleniyordu. Diğer tarafa bir kapı açılıyordu. O kapıya ilk kez ulaşmak Patricia için şifaydı ve daha güzeli, şimdi onun için doğal bir eylem olmuştu.

Bizler her zaman farkında olmasak da sevdiklerimiz de o kapıya gelirler. Gerekirse her gün sevgilerini ifade etmek, acımı-

zı dindirmek ve hatta bir sonraki hikâyede Jessica'nın keşfettiği gibi, bizi kollarına alıp bizle son bir kez dans etmek için gelirler.

• TARLALARDA DANS ETMEK •

Otuzlu yaşlarında, sarışın, mavi gözlü ve yumuşak bir sesle konuşan Jessica beni ofisimde görmek için saatlerce araba kullanıp Florida'dan geldi. Üçüncü çocuğuna, sağlıklı bir erkek bebeğe hamile kaldığında, halihazırda sezaryenle doğurduğu iki çocuğu vardı. Elliot'ı evinde doğal yollarla doğurmaya karar vermişti, ama bu esnada rahim parçalandı, plasenta koptu ve bebek ölümcül bir seviyede oksijensiz kalıp hastaneye kaldırıldı. Hemen yaşam ünitesine bağlandı, ama çok geçti. On gün sonra öldü.

Jessica bana hikâyesini anlatırken yüreğim ezildi. Kuşkusuz kimse evlat acısı yaşamayı hak etmez, ama karşımda oturan bu kadın öyle şefkatli ve nazikti ki böyle yıkıcı bir olayın onun başına neden geldiğini hayal edemedim. Benim verdiğim bir kararın bu neticede etkili olma olasılığından ötürü pişmanlık duymak bir yana, kendi çocuğumun öldüğünü de hayal edemiyordum. Jessica babamın kitaplarını okumuş ve onlarda teselli bulmuştu. Ona bu matem sürecinde yardımcı olan bir başka terapiste gidiyordu. Bu kadar iyi baş edebiliyor olması karşısında hayran olmuştum: Ben sabahları yataktan kalkabilmeyi, bir ayağımı diğerinin önüne atmayı ve günü geçirmeyi başarı sayardım. Jessica'nın tatlı görüntüsünün altında bir çelik gücü olduğu açıktı. Her şeye rağmen, sanki ıstırabı bedeninin dışında taşıyordu. Ben görebiliyordum; nispeten yeni bir terapi uzmanıydım, hipnoz konusunda kesinlikle yeniydim ve ofisime yaptığı ziyaretin zaman kaybı

olmasından korkuyordum. Ona, onun acısını hafifletebilecek ne söyleyebilir ya da ne yapabilirdim? Ve böyle bir acıda nasıl bir etki bırakabilirdim?

Jessica ilk çocuğunu doğururken doktorlarıyla yaşadığı zorlukları anlattı. Onlara olan güvensizliğinden, ne gibi tıbbi hataların yapıldığından ve bu hataların onu nasıl Elliot'ı doğurmak için farklı bir yol seçmeye teşvik ettiğinden söz ederken yumuşak sesi çatallaştı. Sezaryenlerden sonra vajinal doğumun faydalarını ve risklerini titizlikle araştırmıştı. Daha bilgili bir karar veremezdi ve ilk iki doğumu göz önünde bulundurulduğunda, neden bu tercihi yaptığı açıktı. Elliot hakkında konuştukça onu travmasından kurtarmaya çalıştım, ama ben de onunla orada olduğumu, sanki bedenlerimiz oturmuş konuşurken ruhlarımızın birlikte süzüldüğünü, birbirlerine üzüntülü, şaşkın gözlerle baktıklarını hissettim. *Hayat gerçekten bu kadar ıstıraplı olabilir miydi? Ve olduğunda bunu nasıl aşarsınız?* Jessica farazi bir yeniden hamile kalma senaryosundan söz ettiğinde öfkesi tam bir paniğe dönüştü. Öyleyse yapılacak doğru şey neydi? Doktorlara bir daha nasıl güvenebilirdi? Verdiği karar yanlış bir kararsa ne olurdu? Geçmişi ve geleceği üzerine çok kafa yormuştu ve her ikisine dair soruların onda büyük bir sıkıntı yarattığı açıktı.

Jessica'yı hipnotize edip onu geçmiş bir yaşama götürürken önce belirsiz renkler, dalgalar ve noktalar gördü. "Yalnızca ışık mı?" dedi ve sonraki on dakika boyunca gerçekten de yalnızca ışık gördü. Ah hayır, diye düşündüm ve müşterimin gözlerinin kapalı olmasına minnettar bir şekilde ellerimi gerçek anlamda açtım ve tavana bakarak dua ettim. *Melekler, Tanrı, orada her kim varsa, bundan daha iyisini yapmak zorundasınız.* Her müşteriden önce yardım ve şifa enerjisi için dua ederdim, ama o gün bu nazik bir rica değildi.

Aniden, titreşen ışık formlarının arasında, Jessica'nın zihninde bir rüzgârlık görüntüsü belirdi. Teşekkürler, dedim göğe bakıp derin bir iç çekerek. Jessica kendini *Küçük Ev*'dekine benzer büyük ahşap bir verandanın üzerindeki genç bir kadın olarak gördü. Tırabzana yaslanmış, yaz güneşinden ve sarf ettiği efordan dolayı terliyordu. İş zor ve stresliydi, ağır bir yüktü. Jessica yalnızca ağır işçilikten değil, aynı zamanda ezici bir yalnızlıktan dolayı boyun ve omuzlarındaki gerginliği hissedebiliyordu. Bir aile ve çocuk sahibi olmak istediğini sezdi, ama yoktu. "Her şey çok ağır," diyerek iç geçirdi.

Zamanda ilerleyip o geceye gittik. Kadın yatakta yatıyor, başucunda duran İncil'e uzanmayı düşünüyordu, ama küçük telkin edici hamleyi yapamayacak kadar yorgundu. Jessica kadının ağladığını, üzüntüsünü ve hayal kırıklığını gördü. Büyük bir evi vardı, ama o evle ilgilenmek onun için yorucu bir işti ve içinde yaşadığı kırsal bölgede hiçbir arkadaşı yoktu. Kasabalılar onun çok talihli bir kadın olduğunu düşünüyordu; büyük bir evi, harika bir verandası ve bir ineği vardı. Ama o bunlardan hiçbiriyle mutlu değildi. Daha yirmili yaşlarında olmasına rağmen, yaşamanın çok yorucu ve üzücü olduğunu hissediyordu.

Zamanda bir kez daha ilerledik ve görüntü yine aynıydı; ön bahçede çalışıp çabalayan, yalnızca bu keyifsiz varoluşta hayatta kalmak için büyük bir uğraş veren bir kadın. Ve sonra Jessica, kadının etrafında dans eden küçük bir kız gördü. "Kadın onu görmüyor," dedi şaşkın bir sesle, "ama kız dans ediyor." Jessica orada bir de adam gördü; kadının kocası, verandanın bir kenarında duruyordu. O ve küçük kız kadına öyle yakındı ki. O verandada çalışırken, oturup ağlarken onu çok seviyorlardı, ama kadın onların orada olduğunu hiç bilmedi. Kendi acısına boğulmuş bir halde, yalnızlıktan başka hiçbir şey fark etmedi.

Bu ruhlar nereden gelmişti? Öğrenmek için zamanda geriye gittik. Bir kaza olmuştu. Bir at ıslak taşların üzerine kalmış ve at arabası devrilmişti. At arabasının içindeki adam ve çocuk anında ölmüştü. Kadın arabada değildi; o da onlarla birlikte gitmek istemiş, gitmeyi planlamış, ama bir sebepten ötürü son dakikada evde kalmıştı. Kadın onları çok sevmişti ve ölümlerinden kendini sorumlu tutuyordu. "Ama senin hatan değildi. Atın hatası bile değildi. Bazen kazalar olur," dedim Elliot'ı da düşünerek. "Onlarla birlikte orada olmak isterdin, anlıyorum," dedim yumuşak bir sesle ve o usulca inledi: "Ah, evet."

Kadın uzun yıllar yaşadı. Günlerini ön verandada çalışarak geçirirken kocası onu gözlerinde yoğun bir sevgiyle sevdi ve kızı kayıtsız bir şekilde hayatının her günü yanında dans etti.

Jessica eski bedeninin ötesine süzülürken hayatını nasıl yaşadığına inanamıyormuş gibi başını sallamaya başladı. "Böyle çaresiz olmamamız gerekir," dedi. "Yapabileceği bir sürü iyilik vardı." Kadın yası ve üzüntüyle öyle dibe batmıştı ki asla toparlanamadı. Jessica'nın bugünkü halini düşünüp sordum: "Ama böyle bir acıyı nasıl aşabilirdi ki?"

"Kolaylıkla," diye yanıtladı Jessica gülümseyerek, "onların yanında dans ettiklerini görebilseydi." Bağlılıkla her gün bahçeye gelen kocası ve küçük kız ona iyi olduklarını, onu sevdiklerini, ondan hiç ayrılmadıklarını söylemeye çalışıyordu, ama o göremedi. "Kırgındı – ama böyle olması gerekmezdi. Onlar öyle mutluydular ki," dedi Jessica. "Onlardan akan ve tam da onun önünde duran sevgiydi, saf sevgi! Ama o bunu anlamadı."

Bu, Jessica'nın mevcut yas duygularının bir kısmını hafifletmesine yardımcı olacak olağanüstü bir dersti. Oğluyla yakın zamanda yaşadığı travma göz önünde bulundurulduğunda ne kadar inanılmaz görünse de onun acısı tercihe bağlıydı, gereksizdi. Keşke yakınında dans eden o küçük kızı görebilseydi.

Elliot'ın da onu hâlâ aldığı nefes kadar yakınından sevdiğini bilseydi, bir daha asla o dayanılmaz ağrıyı hissetmezdi.

Ertesi günkü seansımızda, Jessica pek çok geçmiş yaşama girdi ve çıktı. Birinde, yıllarının ötesinde bilge bir ruhun, şifacı bir adamın kızıydı; sonunda kendi ailesini kurmuş, ama arkasında çok sevdiği küçük bir çocuk bırakarak genç yaşta ölmüştü. Jessica Elliot'ın o hayattaki küçük çocuk olduğunu hissetti. "Sanki onunla bu hayatta yer değiştirdik. O hayatta onu erken bir zamanda ben terk ettim, bu hayatta o beni terk etti. Ah," dedi bir anda farkındalığa erişerek, "bu hayatta beni cezalandırmıyordu. Bana yalnızca erken giden olmanın değil, geride kalan olmanın nasıl bir his olduğunu gösteriyordu. Ama sevgi asla kaybolmaz. Biz ölürüz – ama sevgi ölmez." Elliot'ın aynı zamanda regresyonda çok sevdiği babası olduğunu hissetti. "O her şeyi çözmüş gibi," dedi. "Öyle sevgi doluydu ki. Hiçbir şey onu üzemezdi. Yaptığı her şey nezaket ve şefkatle doluydu, insanlığın daha iyi olması içindi."

Jessica'nın Eliot'la olan yaşamları, ruhları öğretmek, öğrenmek, sevmek için tekrar tekrar bir araya gelirken defalarca kesişti. Elliot'ın onun mevcut yaşamında ortaya çıkması tesadüf değildi; o özünde Jessica'ya bağlıydı, onun bir parçasıydı, ama form, ilişki, koşullar her zaman çeşitlilik gösterdi. Jessica karşımda otururken yüzü tamamen değişti. Üzüntü çizgileri, bitkin gözler yoktu; yalnızca sevgi, yalnızca heyecan vardı. Kulağa ne kadar tuhaf gelse de artık insan gibi bile görünmüyordu; açık teni ve kutsayan ifadesiyle gerçekten bir melek, tarifsiz bir huzurla ışıldayan kutsanmış bir ruh gibi görünüyordu. Işık saçıyordu ve ışık onun her bir parçasını dönüştürmüştü.

Birlikte geçirdiğimiz zamanın sonuna gelmiştik. Benimle görüşme sebebini düşünürseniz neredeyse sapkın bir düşünce gibi gelebilir, ama Jessica'nın daha mutlu olabileceğini

düşünmemiştim. Tanık olduğum inanılmaz bir değişimdi. İyi iş çıkardınız, dedim gökyüzüne. Seansı, Jessica'nın zihnine huzurlu bir çiçek tarlası getirerek ve ondan ofisten çıktıktan sonra nasıl iyileşmeye devam edebileceği konusunda ona yol gösterecek rehberiyle buluştuğunu hayal etmesini isteyerek bitirdim. Jessica'nın rehberi, onun bilge ve sevgi dolu öğretmeni, elbette Elliot'tı. Bu küçük bebek bedenini kucağında tuttuğunu hayal etti ve bu hayalle parlak bir ışık yayıldı. Elliot gözlerini açtı. (Seanstan sonra Jessica bu olay karşısında hayrete düşmüştü. "Doğduğunda beyin ölümü gerçekleşmişti," dedi. "Ben onun gözlerini hiç görmedim.") Zihninde, Elliot onun burnuna tosladı ve "Yakaladım!" der gibi, sanki tüm bu şey, bu yaşamlarda bir araya gelme, ölüm üstüne doğumların ardı ardına dizilme durumu kozmik bir şakadan başka bir şey değilmiş gibi göz kırptı. Burada Jessica, her insanın yapacağı gibi, aniden hem beyin hem de beden ölümü gerçekleşen sağlıklı bir bebeğin kaybıyla yas tutarken Elliot bunu ciddiye alamıyordu; konuyla ilgili söyleyebileceği tek şey, "Sıra bende. Yakaladım seni!" gibi bir şeydi. Jessica için şimdi kucağında ona kıkırdayan ve göz kırpan bebek Elliot belli ki bir yetişkin, kendisiyse bir çocuktu; Elliot'ınki çok yaşlı ve sevgi dolu bir ruh, çok yüce bir öğretmendi.

Jessica onu kollarında tutarken Elliot'ın bedeni kaybolmaya, giderek güçlenen, giderek büyüyen parlak ışığa karışmaya başladı, ta ki bedenlerin de ötesinde büyüyüp ışığı tüm araziyi doldurana dek. Çiçekler, çimler ve dev mavi gökyüzü onun ışığıyla aydınlandı. Elliot ondan, hayal edebileceği her şeyden daha büyüktü. Jessica'dan, tüm dünyayı içine alabilecek kadar engin bir ruhun tek bir kararla, tek bir kazayla yok edilemeyeceğini bilerek sorumluluk duygularını tekrar gözden geçirmesini istedim. Sanki bir zamanlar kendine sormaktan bir

an bile vazgeçmediği bu soru mantıksızmış gibi güldü. "Onun ölümü kimin hatasıydı? Benim, doktorların, hiç kimsenin. Fark etmez. Hiç fark etmez."

Sonra Jessica kendini hamile ve bir süre sonra bir hastane odasında kollarında sağlıklı bir bebekle gördü. Elliot onun çocuğu değildi, ama parlak ışığıyla hemen yanı başındaydı. "Tüm odayı aydınlatıyor," dedi nefes nefese. "Sanki her duvarda ışık huzmeleri var. Her şey o, her yerde." Jessica yeni bebeğine sarılırken, Elliot Jessica'ya sarıldı. Bebeğin başını defalarca öptü. Elliot onları korumak istercesine izlerken üzüntü değil, acı değil, yalnızca saf sevgi vardı. Her ne kadar Jessica kocasıyla başka çocuk isteyip istemediklerinden emin olmasa da neler olabileceğini, ne olduğunu düşünürken, ben doğum planlarına, doğumlara ve doktorlara dair anlattığı ayrıntıları hatırladım. Bunun onun doğumun nasıl sonuçlandığını bilmesine yardımcı olacağını düşündüm, ama o soruyu önemsizmiş gibi başından savarken gülümsedi. "Fark etmez. Bunlar insani ayrıntılar. Sorunu yanıtlamak gerekirse sezaryenle doğurdum, ama bu da fark etmez. Şimdi emziriyorum." Elliot'ın odada ve hayatlarındaki mevcudiyetini bilerek kollarındaki bebeğe baktı. "Şimdi yalnızca emziriyorum."

Jessica'nın gözlerinde mutluluk yaşları vardı, benim de öyle. Elliot'ın ebedi ruhu ve sevgisi karşısında afallamıştım. Hiçbir şey onu incitemezdi, dolayısıyla hiçbir şey hiçbirimizi incitemezdi. Sevgide yasa yer var mıdır? Sevdiklerimizle zihinlerimizde tekrar birlikte olabilirken onların bedenlerine tekrar sarılabilirken ve onlar bize tekrar sarılabilirken, bu dünyada net bir şekilde göremediğimiz gözlerimize doyasıya bakabilirken, bir insanın ölümü ne anlam ifade edebilir? Gözlerimiz etrafımızdaki sevgiye kapalıdır ve biz, yalnız olduğumuzu ya da geride bırakıldığımızı hayal ederek acı çekeriz. Oysa yapmamız

gereken tek şey, gözlerimizi açmak ve sevdiklerimizin zamanın sonuna dek bizimle tarlalarda dans ettiklerini görmektir.

~ Amy Weiss

Amy her şeyi söyledi, çok da güzel anlattı. Keşke yanımızdan ayrılan sevdiklerimizin etrafımızda dans ettiklerini, bizi sevmeye, korumaya devam ettiklerini, bizi beklediklerini görebilseydik. O zaman yasımız çok daha az olurdu.

Many Lives, Many Masters adlı kitabımda, Catherine'e yardımcı olan ve onu bana yönlendiren doktorun adını değiştirmiştim. Farkında olmadan tüm bu süreci, bu geçmiş yaşamlar keşfini başlatan kişi odur. Mahremiyet sebeplerinden ötürü onun adını Edward olarak değiştirdim. Gerçek adı Elliot'tı.

Bir keresinde, derin bir hipnoz evresindeyken Catherine'in başı bir yandan öbür yana sallanmaya başladı. "Bir ruh... bana bakıyor," dedi.

"Sana mı?"

"Evet."

"Ruhu tanıyor musun?"

"Emin değilim... Sanırım Edward olabilir." Edward bir önceki sene ölmüştü. Edward gerçekten her an her yerdeydi. Görünüşe bakılırsa her zaman onun etrafındaydı.

"Ruh neye benziyordu?"

"O sadece... sadece beyaz... ışıklar gibi. Yüzü yoktu, bizim bildiğimiz gibi değil, ama ben onun o olduğunu biliyorum."

"Seninle iletişim kurdu mu?"

"Hayır, yalnızca izledi."

"Benim söylediklerimi dinliyor muydu?"

"Evet," diye fısıldadı. "Ama şimdi gitti. Sadece iyi olduğumdan

emin olmak istedi." Popüler koruyucu melek efsanesini düşündüm. Kesinlikle iyi olduğundan emin olmak için onu izleyen o sevgi dolu ruh rolündeki Edward [Elliot] melek gibi bir roldeydi.

Her birimizin hayatında bir veya iki veya üç Elliot vardır.

• CEFA VE UMUT •

At ormanlık alandan çıkıp kasabaya girerken istikrarlı ve temkinli bir hızda ilerlemeye başladı. Kadın tanıdık yüzlere el sallayarak atı dükkânlarla dolu anacaddeden geçirdi. Üzerinde koyu renk yünlü bir etek ve ceket vardı ve uzun örgü saçları sıkıca başına bağlanmıştı. Sıra dışı küçüklükteki yapısıyla safkan bir atın üstüne bindirilmiş bir bez bebek gibiydi. O geçerken kasabalılar onun karşısında saygıyla eğildiler. O, 1800'lerde Güneybatı Amerika'nın genelde ıssız ve tehlikeli bölgelerinde kasabadan kasabaya taşımacılık yapan yetenekli bir kuryeydi.

Beygire binmenin hızı ve becerisi konusunda üstündü. Kadın her türlü standarda göre küçük bir biniciydi ve çok sevdiği atı ona tepeden bakıyordu. Onu kuru, tozlu topraklarda büyük bir hız ve maharetle idare ediyordu. İnsanlar sıra dışı bir rol üstlendiği için onu yargılamıyordu, çünkü onun işi takdirle karşılanıyor, yetenekleri sayılıyordu. Aynı şekilde kadının umursadığı tek şey işi, atına olan sevgisi ve karşı karşıya kaldığı tehlike yönetimiydi.

Güzergâhlarından birinde, tozlu bir güneybatı bölgesinden geçti, kıvrımlı bir tepeye tırmandı ve bir dizi mesanın arasından dolandı. Bu onu, atın toynaklarının her adımını önceden tahmin ederek yavaş yavaş ilerlemeye mecbur etti. Yavaş adımları onu saldırılarıyla meşhur Apaçi yerlileri için bir hedef haline getirmişti.

Bu geçitten defalarca geçmişti, ama son geçişinde beş Kızılderili mesaların arasına saklanmıştı ve onu yakaladılar. Atı vahşice ve acımasızca öldürülürken onu bu katliamı izlemeye zorladılar. Kadın, onun küçük, çocuksu bedenine kıyasla bir dev olan grup lideri tarafından defalarca tecavüze uğradı. Yüzündeki boya ve kafasındaki tüyler kadının midesini bulandı. Kadın tiksindi ve değerli atının vahşice öldürülmesi karşısında travma geçirdi, ama adamın istediği gibi dehşete kapılmadı.

Savaşçı yerliler onu mesaların arasındaki geçitlerde ölüme terk ettiler, ama o yürüyerek ailesinin çiftliğine dönmeyi başardı. Sağlığını geri kazandığında, yün takımını giydi, saçlarını kesti ve eskiden atıyla geçtiği tepelere bakan bir koltuğa oturdu. Hayatının geri kalanını atının ve bir kurye olarak yaşamının yasını tutarak geçirdi.

Hayatının perde arkasında, onu gizlice seven ve ona hayranlık duyan ahır işçisi vardı. Her ne kadar kadın onun mevcudiyetine ve ona duyduğu sevgiye kayıtsız olsa da o hayatının geri kalanını onu izleyerek geçirdi. Kadın gençliğinin ölümünü asla aşamadı.

Ben, elbette, o kadındım. Bu ömre atlar için bir sevgi ve biraz ata binme becerisi taşıdım ve her zaman hayvanlara büyük bir merhamet ve saygı duydum. Bu ömre cefalara karşı dayanıklılık taşıdım ve şimdi umutla ilerliyorum. Bu, atlı bir kuryeyken yapamadığım bir şeydi. Ve en önemlisi, üzgün kuryeyi koltuğunda otururken izlediğimde, trajedinin ardından ilerlememiz gerektiğini öğrendim. Güçlüklerin diğer tarafında her zaman armağanlar vardır, tıpkı sevgi dolu o ahır işçisi gibi.

~ Alice

Zaman dakikalar, saatler ya da yıllarla ölçülmez. Zaman öğrenilen derslerle ölçülür. Alice bu bilgelikte uzmanlaştı. Yasın hareketsiz bırakma, zamanı dondurma gücünü aşmayı

öğrendi ve şimdi yoluna devam ediyor. Diğer tarafta her zaman armağanlar vardır, her zaman sevgi vardır.

İnsanlar, şiddete ve öldürmeye olan eğilimleriyle dünyada inanılmaz bir ıstırap yaratırlar. Yüksek boyutların, çoklu yaşamların ve kozmik karmanın bilincinde olan spiritüel varlıklar, tüm canlıları besleyerek ve koruyarak dünyayı onarırlar.

Bizler insandan spiritüel varlıklara dönüştükçe, birbirimizin acısına sebep olmak yerine o acıyı telkin edecek ve iyileştireceğiz.

Alice, kurye olduğu önceki yaşamında deneyimlediği üzüntüden kurtuldu. Bir sonraki hikâyenin yazarı Michelle benzer bir başarıya ulaştı. Kaybın taze ya da eski olması hiçbir şeyi değiştirmez; bağlarımızın ve ruhlarımızın dayanma gücünün farkındalığıyla, yükü saniyeler içinde hafifleyebilir ve kaybolabilir.

• YASI BIRAKMAK •

Önümde beklentiyle dolu yüzlere baktığımda, kalbim göğsümde çılgınca atmaya başladı. Şimdi Dr. Brian Weiss'ın yanındaki bir sandalyeye tünediğim yere gelene kadar salonun ne kadar kalabalık olduğunu fark etmemiştim. Kocamın bulunduğu yöne bakmamak için direndim, çünkü bana bakıp kaşlarını çattığını biliyordum. Kendimi nasıl bir işe bulaştırdığımı fark ettiğim anda yüzüm kıpkırmızı oldu ve içimi bir ateş bastı. Her şeyi izleyecek yüzlerce insanın önünde hipnotize olacaktım.

Ya geçmiş bir yaşamı hatırlayamazsam? Ya kendimi rezil edersem? Ben bu düşüncelerle boğuşurken son birkaç gündür grup regresyonları esnasında gördüğüm eski benliklerimin yüzleri, zihin gözümde renkli bir film gibi geçmeye başladı. Bir şekilde kendime olan güvenim tazelendi ve sonra önümdeki seyircilerin yüzlerine baktım. Hepsi samimi ve destekçi görünüyordu. Hatta

bir kısmı göz göze geldiğimizde içtenlikle gülümsedi.

Ben sahneye alışırken kalabalığa hitaben konuşan Dr. Weiss döndü ve doğrudan doğruya benimle konuştu. Ben onun talimatlarına ve beni ânında sakinleştiren sesine odaklandım. *İyi olacak*, dedim kendime. Dr. Weiss gülümsedi ve düşüncelerimi duymuş ve onları yanıtlıyor gibi başını salladı. Sandalyemde biraz daha rahatladım ve kendimi, her ne olacaksa ona teslim etmeye hazırdım.

Dr. Weiss'ın sesini duyabiliyordum. Uzaktan geliyor, bana önümde bir kapı göreceğimi söylüyordu. Sonra bana, o kapının diğer tarafında çocukluğumdan bir anıyla karşılaşacağımı söyledi. Onun üçten geriye doğru saydığını duyabiliyordum ve tam da onun söylediği anda zihnimde kapı açıldı. Ben diğer tarafta neler bulacağımdan habersiz, büyük bir hevesle kapıdan geçtim.

Kapının ardındaki parlak ışığa adım attığımda, gözlerimi sıkıca yummuş olmama rağmen, gözlerimi kırpıştırmak istedim. Yere baktım ve sarı-beyaz baskıları olan bir yer döşemesi gördüm. Tezgâhlar, dolaplar ve üzerinde, güzel perdelerle örtülmüş bir pencere olan bir lavabo vardı. Bu pencereden süzülen ışığın güneşli, öğlen saatlerini andıran bir havası vardı. Lavabonun yanında, kısık sesli bir uğultu yayan büyük, zeytin yeşili bir buzdolabı duruyordu. Dr. Weiss bana yaşadıklarımla ilgili sorular sormaya başladı ve ben ona yanıt verdiğimde, normal konuşma tonumda çok daha yumuşak ve kısık bir sesle konuştuğumu fark ettiğimde şaşırdım.

"Mutfağımdayım," dedim, ama oda bana tamamen yabancıydı. Bu hatırlayabildiğim bir mutfak değildi ve aniden buranın, ben daha üç yaşındayken taşındığımız evin mutfağı olduğunu fark ettim.

Bu farkındalığın üzerine kendi bedenime baktım ve yüksek bir sandalyede oturan bir bebek olduğumu anladım. Altımda tom-

bul bacaklar gördüm ve tenimde yapışkan vinil oturağı hissettim. Belli ki bu, ilk anılarımın da gerisinde bir zamandı. Doğduğumda yaşadığımız bu evdeki yıllara dair hiçbir şey hatırlamıyordum.

"Şu anda ne yapıyorsun?" diye sordu Dr. Weiss.

"Yüksek sandalyemde elma püresi yiyorum." Otomatik yanıtım beni şaşırttı. Neredeyse ağzımdaki bebek mamasının tadını alabiliyordum.

Sonra onu gördüm. Önümde, elinde küçük bir çatalla ahşap bir sandalyede oturuyordu. Yüzündeki tebessüm elmacıkkemiklerinin iki kırmızı elma gibi belirginleşmesine neden olmuştu ve güzel yeşil gözleri köşelerde kıvrılmıştı. *Anne*, diye düşündüm, yanaklarımdan yaşlar süzülmeye başlarken.

"Annem benimle," diye fısıldadım. Bu sözcükler ağzımdan döküldüğü anda, içimi saran bir sevgi hissettim. *Bu gerçekten annem miydi?* Onu hatırlayabileceğimi düşünmemiştim, ama orada, karşımdaydı. Kalbim öyle duygu doluydu ki orada oturmuş ona bakarken yerinden fırlayacağını hissettim. Annem, bana hayat veren ve ardından ona dair hiçbir anı bırakmadan giden bu kadın uzun zaman önce ölmüştü. Ama şimdi karşımdaydı, beni seviyor, gülümsüyordu. Sanki gerçekten o mutfaktaydım ve zamanda geçmişe dönmüştüm. O gerçekti ve ben orada, onunlaydım.

Bana olan sevgisinin keyfini sürerek gözlerimi açmadan öylece oturdum. O, benim büyüyüp bir kadın olduğumu görecek kadar yaşamayan, içimde dev bir boşluk bırakan o kadın benimleydi. Yüzünün neye benzediğini asla hayal edemememe rağmen, onu her gün özlemiştim. Ona baktığım o an hissettiğim mutluluk tarifsizdi.

Onun gülümseyen yüzüne baktığımda, beni ne kadar sevdiğini, bir anne olmayı ne kadar sevdiğini ve benimle zaman geçirmekten ne kadar keyif aldığını hissedebiliyordum. Yumu-

şak, yatıştırıcı bir sesle konuştuğunu duyabiliyordum ve dudaklarından dökülen ismim, hayatımda duyduğum en güzel sesti. Saf mutlulukla dolu bu andan başka hiçbir şeyin önemi yoktu ve gözyaşlarım sel olmuş akıyordu. Ama ben bunun yalnızca bir anı olduğunun bilincindeydim. Ah, onu ne kadar da özlüyordum!

Sonra Dr. Weiss'ın bana bu sahneyi geride bırakmanın zamanının geldiğini söyleyen şefkatli sesini duydum. Bu düşünceyle kalbim sızlandı, ama söylediğini yapmak için istekliydim. Usulca konuşuyor, beni ileri götürüyor ve bu sahneyi hatırlayacağıma söz veriyordu. Bu anı, uzun zaman bilinçaltımın derinliklerinde gömülü kaldıktan sonra tekrar yüzeye çıkmıştı. Annemin yüzünün görüntüsünün benden bir daha asla silinmeyeceğini biliyordum.

Dr. Weiss bana zihnimde yarattığım kapıya dönmemi söyledi ve ben o kapıdan çıktığım anda, sarı mutfaktaki sahne ânında kayboldu. Sanki vücuduma elektrik enerjisi yüklenmiş gibi tuhaf bir coşku hissediyordum. Her ne kadar bedenim sandalyede hareketsiz ve neredeyse işe yaramaz bir nesne olsa da hayatımda hiç bu kadar uyanık ya da canlı olmamıştım.

Aniden önümde ikinci bir kapı belirdi ve açıldı. O kapıdan geçtiğim anda, hemen bir deniz havasının tuzlu kokusu olduğunu anladığım güçlü bir kokuyla sarsıldım. Fiziksel olarak bir konferans salonunda olduğum gerçeğinin bilincinde olsam da, *Okyanusun yakınlarındayım*, diye düşündüm.

Yere bakmam söylendiğinde, bir çift kirli, çıplak ayak gördüm. Üzerimde, belime bir iple bağlanmış iğreti bir pantolonu andıran kumaş parçaları vardı. Sert kumaşı bacaklarımda hissediyordum. Ellerime baktığımda gördüklerime inanamadım. Parmaklarım şişmandı ve ellerim büyük, kirli ve nasırlıydı. Bunlar, ellerini ağır işler yapmak için kullanan bir adama aitti. *Bunlar kimin elleriydi?* Yanıt, yüreğimin derinliklerinden tam bir kararlılıkla

geldi ve tüm benliğime yayıldı. *Bunlar benim ellerimdi.*

Etrafıma baktım ve o anda gemileri gördüm. Bir tür limanı çevreleyen bir rıhtımdaydım ve Yeni Dünya'dan henüz gelmiş gemilerden ağır fıçılar indiriyordum. Durduk yere zihnimde *1689* senesi ve bir liman kentin adı belirdi: *Barcelona*. Taşımak için uğraştığım bu ağır fıçıların içinde Yeni Dünya'dan ithal edilen rom vardı. İş zor ve fiziksel açıdan yorucuydu, ama bundan rahatsız değildim ve yakınma ihtiyacı duymuyordum. Çok zeki bir adam değildim ve belki de bu zahmetli ağır işçilik dışında başka herhangi bir iş bilmiyordum.

Dr. Weiss beni bu sahneden aldığında, kendimi toprak zemini olan küçük, ahşap bir kulübede, evimde buldum. Ev tek bir odadan ibaretti ve son derece yoksul olduğumuzu görebiliyordum. Bir uçta taş bir şömine vardı ve ateşin üzerinde büyük, siyah metal bir tencere asılıydı. Tencerede keskin kokulu bir şey pişiyordu. Bir köşede içi hasırla doldurulmuş yataklar diziliydi ve üzerlerinde birkaç kalın battaniye vardı. Ânında evde benimle birlikte başkalarının da olduğunu fark ettim. Döndüğümde, üzerlerinde pejmürde kıyafetlerle öylece duran üç çocuk gördüm. Onlarla aramda hissettiğim bağ öyle elle tutulur cinstendi ki az kalsın boğuluyordum. Yüzleri bulanık olduğundan gözlerini göremedim. Ancak çok tanıdık oldukları kesindi ve bunların benim çocuklarım olduklarına dair hiçbir kuşkum yoktu. Hiç tanışmadığım bu üç küçük ruhu tüm kalbimle seviyordum.

Bir kez daha şömineye doğru baktım ve uzun bir elbise giymiş hoş bir kadın gördüm. Başında beyaz bir başlık vardı ve ateşin üzerindeki tencereyi karıştırıyordu. O benim karımdı. Ona bakarken sevgi ve özlemle boğazım düğümlendi. Kadın bana döndü ve çocukların aksine yüzündeki ayrıntıların çok net olduğunu görünce bir an için kalakaldım. Bu kadının

gözlerine baktım ve o anki tanıma tüm yüreğimi sardı.

Bu kadın benim annemdi.

İnanmakta güçlük çekerek öylece oturdum ve zihin gözümde onu izledim. Bu hayattaki gibi aynı gözlere ve aynı elma gibi çıkık elmacıkkemiklerine sahipti. Ama dış görüntüsünden daha güçlü olan, onu enerji anlamında hissedebiliyor olmamdı. Bu sevgili kadın, eşim, bu hayatta bana hayat veren aynı kadındı. Bunu ruhum derinliklerinde biliyordum. Ona baktığımda, birbirimizi ne kadar sevdiğimizi hissedebiliyordum. Birlikte geçirdiğimiz hayattan, karşılıklı hayranlığa dayanan bir ilişkinin güzel bir resmini oluşturan sahneler görmeye başladım. O beni her akşam, her yoğun iş gününden sonra yüzünde sevgi dolu bir tebessümle karşıladı. Yoksul olsak da ve hayatta kalmak için bitmek bilmeyen bir mücadele versek de mutluyduk. Basit yaşamımızı tüm zorluklarıyla kabul etmişti. *Gerçek sevgi bu.* Bu sevgiye kıyasla, mevcut yaşamımdaki evliliğimin oldukça ikinci sınıf kaldığına dair ani bir farkındalığa, bir düşünce zerresinde kapıldım. *Benim istediğim şey bu*, dedim kendimi bu kadınla yaşadığım kusursuz, dengeli ve spiritüel sevgiye bırakırken.

Gerçek sevgiyi bulmak hayatta yapabileceğimiz en önemli şeydir. Ve sonra onu bulduğumuzda, karşılığında o sevgiyi vermeliyiz. Düşünce zihnimde, bir şarkı gibi belirdi. Benim söylemeyi bildiğimi düşündüğümden çok daha bilge bir mesaj olduğundan, *Bunu ben mi düşündüm*, diye merak ettim.

Zamanda birkaç yıl ilerledik ve kendimi aynı evde gördüm. Boğucu bir ıstırap içimi kör bir bıçak gibi delerken o toprak zeminde oturdum. Karım, üzerine kaba bir battaniyeyle köşedeki şiltelerden birinde yatıyordu. Çok hastaydı. Yüzü bembeyaz olmuştu ve öksürüğü, beni yas ve kederin sürekli ağırlaşması olduğunu hissettiğim şeyden çekip alıyordu. Ona yardım etmek

için elimden gelen her şeyi yapmıştım, ama yoksulluğumuz tıbbi yardım almamıza mani olmuştu. O ölmek üzereydi. Ben bunu fark ederken ne kadar öfkeli olduğumu anladım ve giderek büyüyen yasım karanlığa büründü. Hayatımda yaşadığım hiçbir şeye benzemeyen saf bir ıstıraba çekiliyordum. Öfkem hayali bile mümkün olmayan bir üzüntüye karıştı ve sonra benden taşarak içimde hissiz, kuytu bir boşluk bıraktı.

Bir sandalyede oturuyor, karanlık duygularıma gömülmüş bir halde boşluğa bakıyordum. Üç çocuğum oradaydı, köşede öylece duruyorlardı. Birbirlerine sarılmış, ölmekle olan annelerini izlerken korkularını hissettim. Kuşkusuz ıstıraplı ve korkutucu bir deneyim karşısında hâlâ küçük olan çocuklarımı avutmak, teselli etmek için çalışmadan o sandalyede öylece oturdum.

Orada oturduğumu ve çocuklarımı ihmal ettiğimi izlerken bu durumla başa çıkma şeklim karşısında sinirlenmeye başladım. *Neden onlara sarılmıyorum?* Onları ne kadar sevdiğimi hatırladım. *Bu yanlış; bana ihtiyaçları var.* Onların yüzüne baktığımda yüreğim utançla doldu. Dönüp tekrar karımın yattığı yere baktım ve ölmüş olduğunu gördüm. Gözleri gri bedeninden cansız bir şekilde bakıyordu. Sandalyemden kalkıp onun yanına gitmedim, şimdi hıçkıra hıçkıra ağlamakta olan çocuklarımı teselli etmedim. Bunun yerine yalnızca oturdum ve sanki cansız olan karımın değil de benim bedenimmiş gibi boşluğa baktım.

Zihnimde, bana karımın ölümünden sonraki yılları gösteren sahneler belirdi. Zamanımı yalnız ve mutsuz geçirerek giderek içime kapandım. Heyecanımı ve yaşama sevincimi kaybettim ve bir daha o yanımı geri kazanamadım. Daha önce umursamadığım işim şimdi angarya gibi gelmeye başlamıştı. Akşamlarımı sandalyemde oturup boşluğa bakarak geçiriyordum. Hâlâ bana tahmin edebileceğimden de çok ihtiyaç duyan üç çocuğum olmasına rağmen, ben korkunç yalnızlığımı hissede-

biliyordum. İçimi bir pişmanlık duygusu sararken, *Ne kadar bencilim,* diye düşündüm. Onları neden ihmal ediyordum?

O hayattaki son günüme gittim ve anında göğsümde ezici bir baskı hissettim. Bu his öyle yoğundu ki kendime nerede olduğumu, bir şeyin beni gerçekten ezmesinin mümkün olmadığını hatırlatmak zorunda kaldım. Çok gerçekçi bir duyguydu ve yüreğimi sıkıştırmaya başlayan panikle savaşmak zorunda kaldım. Nefes almak zordu ve göğsüm güçlükle yükselip alçalıyordu. Havada bir kez daha deniz kokusu vardı; tekrar çalıştığım rıhtımdaydım. Neler olduğuna dair bir kargaşa vardı. Ve sonra aniden, hafifledim. Nefes aldığımda, oksijen daha rahat bir şekilde ciğerlerimi doldurdu. Göğsümdeki ağırlık hissi gitmişti ve sonra etrafımdaki karanlık kaybolduğundan neler olduğunu görebildim. Olduğum bu adamın bedeninin üzerinde süzülüyordum. O bedeninin üzerinde o ağır fıçılarla yerde cansız bir şekilde yatıyordu. Fıçılar geminin üzerinden devrilmiş ve kazara onun üstüne düşüp gövdesini ezmişti.

Ölümümün bu korkunç sahnesinin üzerinde süzülürken kendimi hava kadar hafif hissettim. Bu bedende hissettiğim ağırlık ile şimdi yaşadığım mutlak ağırsızlık arasındaki tezat beni dehşete düşürdü. Sanki bir hiçten yapılmıştım, ama hâlâ ben olduğumu biliyordum. Kırık bedenim işe yaramaz ve terk edilmiş bir halde yatıyordu, ama ben hâlâ vardım. Yukarıya doğru ilerlemeye, güzel ve özgür hissetmeye, daha önce hiç tatmadığım bir haz yaşamaya başladım.

Uzakta parlak bir ışık belirdi; benim önümdeydi, ama daha yüksekte, sislere karışmaya başlayan bulutlardaydı. Bu puslu bulutların içinde akla gelebilecek her tondan renk vardı ve bunlar öyle canlıydı ki bir insan gözüyle algılanamayacaklarını biliyordum. Usulca bu göz alıcı parlaklıktaki ışığa çekildiğimi hissettim ve ben ona bakarken içimi yoğun, huzurlu bir duygu

sardı. Ben ışığa yaklaştıkça tuhaf bir uğultu giderek güçlendi ve tüm benliğimde titreşmeye başladı. Bu elektrikli titreşim beni yakıp yok etti ve yeniden şarj oluyormuşum gibi hissettim. Işığın nerede başladığına dair hiçbir sınır yoktu; yavaş yavaş etrafımı sardı ve sonunda ben ışıkla birleştim. Hâlâ kendime ve sınırlarımın nerede başlayıp bittiğine dair net bir hisse sahip olsam da sanki ışık bendim. Bir kez daha evimde, ait olduğum yerdeydim ve mutlak bir huzur hissediyordum.

Ve sonra onu gördüm. Yüzünde sıcak tebessümü ve elma kırmızısı yanaklarıyla orada duruyor, beklentili gözlerle bana bakıyordu. O hayatta karım olan annem beni bekliyordu. Onu gördüğüm anda, bu ışığın dışında bildiğim hiçbir şeye benzemeyen ezici bir sevgi hissettim. Tek kelime etmedi ama benim hiçliğim onunkiyle buluşurken bana doyasıya sarıldı. Mutlak bağımızı engelleyecek herhangi bir insan formumuz yoktu ve saf sevgimiz doğrudan doğruya birbirimize geçti. Ben onunla doldum, o da benimle.

Bu mutlak mutluluk ânında, Dr. Weiss'ın bir soru sorduğunu duydum: "Bu hayattan, mevcut hayatında bilmenin önem teşkil ettiği nasıl bir ders aldın?"

O adam olarak yaptığım şeylerin pişmanlığı geri dönerken yanıtı düşünmeme gerek kalmadı. "İnsanlar ölür, bu hayatın bir parçasıdır," dedim. "Kaybınızın, sizi hayatınızı doyasıya yaşamaktan alıkoymasına izin veremezsiniz. Çocuklarımın bana ihtiyacı vardı, ancak ben kendi yasımdan sıyrılıp onların yanında olamadım. Kayıplarımız için yas tutmamız önemlidir, ama sonları onları kabul etmeli ve yola devam etmeliyiz."

Son cümleyi tamamladıktan sonra, mevcut yaşamımla olan bağlantı netleşti. 1977 yılında annem Hodgkin's lenfoma kanserine yenik düştü ve ben hayatımın iyi yıllarını onun yasını tutarak geçirdim. Özellikle son birkaç yıl ben anne olduktan

sonra o yasla baş etmek ciddi anlamda zorlaşmıştı. Onun eksikliği her daim baskındı ve kaçışı yoktu.

O anda, yasımı bir kenara koymaya ve hayatıma devam etmeye hazırdım. Kuşkusuz onu tekrar göreceğimi ve birbirimize duyduğumuz sevginin asla ölmeyeceğini biliyordum. Yüreğimden bir ağırlık kalktığını hissettim ve onu her zaman özleyeceğimi, ama artık onu özgür bırakmamın zamanının geldiğini anladım. Yanaklarımdan yaşlar süzülürken, daha önce kendimi bu kadar özgür hissetmemiştim. Derin hüznümün yerini sıcak bir avuntu aldı. Birinci elden onun var olmaya devam ettiğini –ve her zaman edeceğini– tecrübe etmiştim.

Hipnotik evreden çıkarken çok derin bir nefes aldım ve sonra yavaşça gözlerimi açtım. Fiziksel olarak içinde bulunduğum salona odaklanmak için gözlerimi kırpıştırdığımda hemen bir farklılık olduğunu anladım. Önümde daha önce gördüğüm ve bu inanılmaz tecrübeye tanıklık etmiş yüzlerce yüz vardı; ama şimdi her birinden yumuşak ve eteral bir parıltı yayılıyor gibiydi. Bu parıltılar çeşitli renk ve tonlardaydı ve bazılarının çevre uzunluğu diğerlerininkinden daha genişti. Seyircilere baktım ve bu görkemli vizyonu izlerken tepeden tırnağa ürperdiğimi hissettim. Auralar. Hayatımda bu insanlar kadar güzel bir şey görmemiştim ve hâlâ hafiflemiş ve canlanmış bir halde, her birini hayranlıkla izledim.

~ Michelle Brock

Hayatın, ölümün ve tekrar hayatın döngülerine dair güzel ve kapsamlı tasvirinde Michelle, Alice'in dersini ve Amy'nin hastası Jessica'nın algıladığı aynı bilgeliği doğrular ve onaylar. Jessica, "Bu kadar mutsuz olmak zorunda değiliz! Yapabileceği pek çok iyilik vardı," dedi. Alice, "Trajediden sonra yola

devam etmeliyiz. Her zaman armağanlar vardır... zorlukların diğer tarafında," dedi. Michelle, "kayıplarımızın yasını tutmanın önemli olduğunu, ama sonra onları kabul edip hayatımıza devam etmemiz gerektiğini" iyi biliyordu. Her biri yasın yol açabileceği hissizliği görmüş ve hissetmişti; her biri bu hissizliğin sebep olabileceği acıyı ve ziyanı görmüş ve hissetmişti.

Michelle annesine dair hiçbir anısı olmadığına inanmıştı. Ancak dakikalar içinde ve pek çok gözlemcinin karşısında bir sahnede olmanın potansiyel huzursuzluğunda, ayrıntılı sahneleri net bir şekilde hatırladı. Onun hatırladıkları yalnızca görsel değildi. Vinil oturağı hissediyor, elma püresinin tadını alıyor, annesinin yumuşak sesini duyuyor ve yoğun duygulara kapılıyordu. Annesiyle olan kırk küsur yıllık ayrılığı bir anda son bulmuştu ve Michelle'in yalnızlığı ve yası bir daha asla o kadar şiddetli olmayacaktı.

Her şeyi hatırlayabiliriz. Tıpkı Michelle gibi, bilinçaltı zihnimizin kilitli hazine sandığında bol miktarda anı saklarız. Onlar unutulmuştur – ama kaybolmazlar. Her zaman erişilebilirler. Sandığı açmak ve sevdiklerimizin genç ve sağlıklı oldukları dönemdeki sahne ve görüntülerini geri almak için yalnızca anahtara ihtiyacımız var. Anahtar bu regresyon tekniğidir, bu kadar basit ve bu kadar güvenli. Ve sonra biz de bir kez daha onların gülümseyen yüzlerini görebilir, bizi saran kollarını hissedebilir, kokularını duyabilir ve sevgilerinde kaybolabiliriz.

Dahası, tıpkı bilinçli bir anıyla olduğu gibi, belirli bir geçmiş yaşama da dilediğimiz ve ihtiyaç duyduğumuz kadar sık erişebiliriz. Belki bir regresyon sırasında tecrübe edilmiş bir hayattaki tüm dersler ve anlayışlar ilk seferde geri kazanılamayabilir. Daha çok ayrıntıya ulaşmak ya da hayatı daha derin seviyelerde keşfetmek için geri dönebiliriz. Bir anının son tüketim tarihi yoktur.

Ama sevdiklerimiz yalnızca anılar değildir. Onların ruhu fiziksel bedenin ölümünü aşar. Michelle, diğer taraftaki muazzam buluşmaya, ışıkta onu bekleyen annesine ilave olarak, annesinin ruhuyla iki kez buluştu. Bizler sevdiklerimizi asla kaybetmeyiz.

Hastalarımla defalarca duyduğum ve yaşadığım bir şey hatırladım. Bir mesajı, kaybettiğimiz bir insanın belirdiği bir rüyada işitebilir, bir meditasyon ya da regresyonda duyabilir ya da tıpkı Richard'ın, Lee'nin ve oğullarına yaptığı gibi kulaklarımıza fısıldandığını fark edebiliriz. Yol hangisi olursa olsun, mesaj son derece açıktır: "Benim yasımı tutma. Ben hâlâ buradayım, her zaman yanındayım ve seni sonsuza dek seveceğim."

.7.

Sezgi ve Diğer Psişik Beceriler

Bildiğimiz ya da kullandığımız çok daha fazla sezgisel beceriye sahibiz. Bu erişilmemiş yeteneklerden kazanılabilecek bilgi ve bilgelik olağanüstüdür ve geçmiş yaşam anılarıyla erişebilecek inanılmaz içgörüleri yansıtırlar.

Messages from the Masters adlı kitabımda, yıllardır atölye çalışmalarıma dahil ettiğim bir egzersizi anlattım. Bu egzersiz psikometridir ve bir kısmı bu bölümde anlatılan pek çok harika ve etkileyici anıya vesile olmuştur.

Genelde iki kişilik gruplarla yürüttüğüm bu deneysel egzersizde, katılımcılar kendilerine ait olan küçük nesneleri takas ederler. Nesne bir yüzük, bir saat, bir bilezik, anahtarlar, madalyonlar, vs. olabilir. Seçilen nesne, sahibinin dokunduğu ve öncelikli olarak kullandığı bir şey olmalıdır.

Bu deneyime, katılımcıların odaklanmasına ve zihinlerini sessizleştirmesine yardımcı olan kısa bir rahatlama tekniğiyle başlarım. Rahatlamış bir evrede gözleri kapalıyken iki kişi ellerinde eşlerinin nesnelerini tutarlar. Katılımcılara farkındalıklarına erişen her türlü düşüncenin, duygunun, izlenimin ya da hissin farkında olmaları söylenir.

İzlenimler psikolojik (duygular, ruh halleri ya da hisler), fiziksel

(bedensel hisler), psişik (vizyonlar, mesajlar, düşünceler, çocukluk ya da geçmiş yaşam sahneleri) veya spiritüel (diğer boyutlardan mesajlar ya da imgeler) olabilir.

Yaklaşık beş dakika geçtikten sonra, gruptan deneyimlerinin her yönünü eşleriyle paylaşmalarını isterim. Saçma ya da tuhaf bile görünse her hissi, düşünceyi ve izlenimi paylaşmak çok önemlidir, çünkü bunlar genelde en net ve güçlü "ipuçlarıdır". Sık sık bu tuhaf izlenimlerden birinin doğrulanması hemen ve anlamlı bir şekilde gerçekleşir.

Bilginin sezgisel transferini harekete geçiren şey ister tutulan nesnenin enerjisi olsun isterse zihnin rahat odaklanması, net sonuç hepimizin sahip olduğu sezgisel becerinin uyanışı ve doğrulanmasıdır.

Bu egzersiz güvenlidir, basittir, eğiticidir ve çok eğlencelidir.

Geçmiş yaşamlarımız ve spiritüel boyutlar hakkında bilgi, rüyalar, meditasyon, hatta spontane bir şekilde gelişen *déjà vu* deneyimlerinin yanı sıra diğer sezgisel içgörülerden edinilebilir. Bu psişik algıların kalitesi ve ayrıntısı, geçmiş yaşam regresyonlarında bulunanlara benzerdir. Örneğin, sıradaki psikometri hikâyesi, bir önceki bölümde anlatıldığı gibi Lee'nin Richard'ın ölümünden sonra deneyimlediğine benzer duygu ve mesajları tetikler. Her iki hikâyede yakın zamanda ölmüş ve diğer taraftan teselli getiren bir insanın güçlü mevcudiyetini paylaşır. Diğer tarafa giden yolun geçmiş yaşam regresyonlarıyla mı, psikometriyle mi, yoksa spontane bir şekilde diğer yaşam regresyonlarıyla mı meydana geldiği önemli değildir. Tüm bu yollar aynı yere, aynı farkındalığa çıkar. Bizler her zaman seviliriz. Asla yalnız değilizdir.

• GÖL EVİ •

Baştan başlamanın en iyisi olduğunu söylerler. Brian'ın deyimiyle "hepimiz birbirimize bağlıyız" gerçeğiyle olan ilk deneyimim, 2006 yazındaki bir haftalık bir eğitimin ilk gününde gerçekleşti. Brian yaklaşık 130 kişilik bir sınıfa psikometri sürecini açıklıyordu. Daha önce bunu duymamıştım ve açıkçası yapabileceğimi düşünmüyordum. Brian sınıftaki bir başka kişiden aldığımız kişisel bir nesneyi elimizde tutarken zihnimize görüntülerin gelebileceğini söylüyordu. Görevimiz, dedi, sadece buna izin vermek, bu görüntülerin neler olduğunu anlamak ve onları yargılamaktan kaçınmak. Ve sonra elbette onları paylaşmak.

Yanımda oturan kadın ellili yaşlarında çekici, rahat giyimli bir kadındı. Bunun ne kadar ilginç ama tuhaf bir duygu olduğundan söz ediyorduk ve her ikimiz de bunu daha önce yapmadığımız için diğerinin hayal kırıklığına uğramamasını umduğumuzu söyledik. Işıkların bir kısmı söndürülüp egzersiz başladığında birbirimize kol saatlerimizi verdik. Gerçekten psişik becerilerime dair bu küçük testi "geçebileceğimi" sanmıyordum, ama Brian'ın deneyimlediğimiz şeyi sorgulamadan ve yargılamadan fark etmekle ilgili söylediği şeyi hatırladım.

Kadının saatini tutarken gördüğüm ilk görüntü, etrafı yüksek çam ağaçlarıyla çevrilmiş bir gölün kenarındaki harika bir evdi. Evin çatısı ve cepheleri güzel sedir kerestelerle kaplanmıştı. Suyun kenarında, içinde bir kürek bulunan yeşil bir kano vardı. Onun yanında, aynı şekilde kıyıya çekilmiş iki çifteli eski bir sandal duruyordu. Evin verandasında on vitesli bir bisiklet ve kenarda büyük taşlardan yapılma bir ateş çukuru vardı. İçinde büyük, güzel bir ateş yanıyordu. Büyük

bir şehirde hızla ilerleyen bir tren gördüm, sonra tekrar veran dada açık mavi bir frizbi ve çukurda yine aynı ateş. Yoğun bir huzur, sevgi ve mutluluğun içimi kapladığını hissettim ama bu hislerin neden ya da nereden geldiklerini bilmiyordum. Işıklar yandı ve Brian bizden, anlamlı ya da anlamsız gördüğümüz her şeyi partnerimizle paylaşmamızı istedi.

Ben bana gelen görüntüleri anlatırken partnerim ağlamaya başladı. Durmaya yeltendim, ama devam etmemi istedi. Bitirdiğimde bunun onun için ne anlam ifade ettiğini sordum. Ağlamaya devam ederek şunları anlattı:

O ve sevgilisi uzun yıllar çok derin, spiritüel bir sevgi paylaşmışlardı. Sevgilisi onun en yakın dostuydu. Yakın zamanda kanserin hızlı ve agresif bir türünden hayatını kaybetmişti. Hastalığını ocak ayında öğrenmiş ve birkaç ay içinde ölmüştü. Kadın hâlâ derin bir yas içindeydi. Kuzeydoğu'da bir gölge bir evleri vardı. Fırsat buldukça rahatlamak, yenilenmek ve stresli işlerinden uzaklaşmak için oraya gitmeyi çok seviyorlardı. Güzel bir doğanın içinde küçük güzel bir yerdi. Evin çatısında ve kenarlarında sedir keresteleri vardı. Suyun kenarında sık sık kullandıkları yeşil bir kano ve bir sandal. Arada bir açık mavi bir frizbiyle oynamayı seviyorlardı. On vitesli bisiklet adamındı ve her zaman oradaydı. Fırsat buldukça ormanda ve yaşayıp çalıştığı şehirde bisiklete binerdi. İşe giderken neredeyse her gün hızlı trene binerdi. Dışarıda göl evinin yanında büyük, güzel bir ateş çukuru vardı. Sık sık yıldızların altında oturur, sohbet edip gökyüzünü izlerlerdi.

Cenaze işleri bu kadına bırakılmıştı; sevgilisinin tek istediği yakılmaktı. Onun ölümü bu kadın için yıkıcı olmuştu. Şimdi yavaş yavaş çok sevdiği bu adam için uygun bir cenaze töreni yapacak gücü toplamaya başlıyordu. Yakın zamanda tören için adamın ailesine ve arkadaşlarına yüz adet davetiye gön-

dermişti. Davetiyenin üzerinde, ateş çukurlarında yanan güzel bir odun ateşinin resmi vardı.

Şimdi duygulara boğulup hayrete düşen kişi bendim. Ona, saatini tutarken içimi saran huzur, sevgi ve mutluluğu anlattım. Gözünde yaşlarla, bu görüntü ve duyguların bana sevgilisi tarafından verildiğine dair hiçbir kuşku duymadığını söyledi. Onun orada, bizimle odada olduğunu hissedebiliyordu ve hâlâ yanında olduğunu, onu hâlâ çok sevdiğini ve şimdi huzurlu ve mutlu olduğunu bildiğini söyledi. Ayrıca onun da aynı sevgi, huzur ve mutluluğu yaşamasını istediğini hissediyordu. Şimdi sonunda o da bu duyguları hissetmişti ve artık yas sürecini tamamlayıp hayata devam edebilirdi. İkimiz, birbirine tamamen yabancı olan ikimiz, bir konferans salonunda birlikte oturuyorduk. Dakikalar sonra aramızda son derece derin, kişisel, duygusal ve spiritüel anlamda arındırıcı bir deneyim gerçekleşmişti.

~ Michael Brown

Michael harika bir terapi uzmanıdır, ünlü bir psişik ya da medyum değil. Hatta psişik becerilerine olan güveni azdır ve onun da açıkladığı gibi, partnerinin hayal kırıklığına uğramamasını umuyordu.

Aslında hepimiz psişik ve medyumuz. Hepimiz, egomuzun ve mantığımızın bizden saklı tuttuğu inanılmaz duyu ötesi becerilere sahibiz. Sezgisel armağanının sol beyninin gölgesinden kurtulması için verdiğim izinle, Michael saniyeler içinde bu çok ayrıntılı görsel ve duygusal manzarayı tarif etmeye başladı. Kaç çiftenin bulunduğunu, yeşil kanoyu ve eski sandalı bile gördü.

Onun sezgisel vizyonları o ılık yaz akşamında partnerine teselli oldu. Michael mütevazıdır ve katkısını minimize ede-

cektir, ama o, o gün partnerinin hayatını değişirdi. Onun, sevgilisinin onunla paylaşmayı çok istediği sevgi, huzur ve mutluluğu hissetmesine olanak vererek çaresizliğinin ötesine geçmesine, şifaya erişmesine yardımcı oldu.

Bir sonraki hikâyenin yazarı Jacqueline de bir yabancıyla bir psikometri egzersizine katıldı ve o da yası hafifletmeye yardımcı olan mesajlar alıp iletmeyi başardı.

• ÜÇ KÜÇÜK DOMUZ •

Uzun yıllar önce, Omega enstitünüzdeki atölye çalışmalarınızdan birine katıldım. Bizden bir yabancıyla kişisel bir objeyi takas etmemizi istediniz, ben de bunu önümde oturan kadınla yaptım. Gözlerimiz kapalı bir halde otururken bizi meditasyona yönlendirdiniz ve ne kadar anlamsız görünseler de zihnimizde beliren hiçbir görüntüyü uzaklaştırmamamızı söylediniz.

İlk olarak önümde oturan kadın konuştu. Ben gelinimin alyansını takıyordum ve bu yabancıya verdiğim şey o yüzüktü. Gelinim üç yıl önce öldürülmüştü ve o sırada sekiz aylık hamileydi. Yabancı onun sarı saçlarını tarif etti ve bir göle bakan kırmızı bir mutfakta oturmuş, iskelede oynayan bir çifti izlediğini söyledi. Yakın zamanda kırmızı bir mutfağı olan bir göl evi satın alan ve aynı zamanda onun çocukluk aşkı olan oğlum için sevgi dolu bir mesajı vardı.

Şaşkına döndüğümü söylemek o anda hissettiklerimin yanında hafif kalır. Ve kuşkusuz, bir yabancıdan öyle gerçekçi mesajlar alınca, ona neler gördüğünü söylemeye utandım. Mahcup bir halde, ona zihnimden geçen tek görüntünün vizyon sahamda dans eden üç küçük domuz olduğunu itiraf

ettim. Onları uzaklaştırmaya çalışmıştım, ama bunu her denediğimde, onlar uzaklaşmayı reddedip beynimde dans etmeye devam etmişlerdi. Ve bu da yetmezmiş gibi, bu dansı bir yüzme havuzunun hemen yanı başında yapıyorlardı.

Yabancı ağlamaya başladı. Bana, yakın zamanda vefat eden babasına ait bir tutam saçın bulunduğu bir madalyon vermişti. Yıllar içinde babasının evine sıkça gitmiş, babasının çok sevdiği havuzun kenarında zaman geçirmişti. İnanılmaz bir şekilde, havuzun hemen yanındaki bahçede, şapkaları ve bastonlarıyla dans eder pozisyonda duran üç küçük domuz heykeli vardı.

Her ikimiz de şoktaydık. Bize ne kadar anlamsız olursa olsun gördüğümüz her şeyi paylaşmamızı söylemiş olmasaydınız ben bu domuzlardan asla söz etmezdim. İkimiz de hemfikirdik: Bu bir tesadüf değil, gerçek bir iletişimdi. Her ne kadar anlamasak da inanmamak imkânsızdı.

~ Jacqueline

Jaqueline ve ona tamamen yabancı olan partnerinin paylaştığı sahne ve görüntülerin ayrıntıları aklı sersemletecek türdendir. Belki de tutulan nesnenin yardımıyla diğer kişiden alınan bilgiler nasıl bu kadar net ve doğru olabilir? Bu mantığa aykırıdır, ama ben benzer sonuçlara binlerce kez tanık oldum.

Bizler, beş duyunun da ötesindeki kanalları kullanma becerisine sahibiz. Hayal edebileceğimizden çok daha derin seviyelerde birbirimizle bağlantı kuracak şekilde tasarlandık. Onların partner seçimleri bile tesadüf değildi. Bizi, bize spiritüel yollarımızda yardımcı olan sürecin parçalarıdır.

Her birimiz, diğer taraftaki sevgi dolu mevcudiyetlerle bağlantı kurabilir ve onlarla teselli bulabiliriz. Bir yabancı

Jacqueline'in bir cinayete kurban giden gelininin, hayattayken varlığından haberdar olmadığı bir göl evinde durduğunu anlatıyor. Gelini hınçlı değildir, mutsuz değildir, kıskanç bile değildir. Daha sonradan evlendiği çocukluk aşkı için sevgi dolu mesajları vardır. Jacqueline'in etrafındadır ve ona iyi olduğunu, sevgiyi yaydığını anlatmaktadır.

Bu psikometri egzersizini yürüttüğüm yirmi üç yıldır, meşhur masaldaki üç küçük domuzu gördüğünü söyleyen tek kişi Jacqueline oldu. Onları partnerine anlattı ve belki de partneri, dünyada bunu duymaya en çok ihtiyacı olan kişiydi. Babası, havuzun yanındaki bahçeye üç küçük domuz heykeli koymuştu. Bunu başka kim yapmıştır ki? Ve yakın zamanda ölmüştü. Tamamen yabancı biri aracılığıyla çok sevdiği kızına mesaj göndermenin daha güzel bir yolu olabilir mi?

Bizler sevdiklerimizi asla kaybetmeyiz. Onlar her zaman bizimle, bizim yanımızdadırlar. Onlar fiziksel bedenlerde değildirler ve biz onları çok özleriz, ama onlar hâlâ buradadır, sevgi dolu enerjileriyle bizi kucaklarlar.

Shirley'nin kocası, ona yalnızca mesajlar değil, aynı zamanda olağanüstü armağanlar göndererek yanında olduğunu hissettirdi. Sırada onun hikâyesi var.

• ÇİÇEK ARANJMANLARI •

Psikiyatrist ve tanınmış medyum Dr. Brian Weiss'la katıldığım atölye çalışmalarında pek çok sıra dışı tecrübe yaşadım, ama belki de en sıra dışı olanı, diğer taraftan çiçekler aldığım zamandı.

Tahiti'deydik. 1999 Ekim'inin ilk haftasıydı ve seminerler sona ermek üzereydi. Dr. Weiss'la yaptığımız bir akşamüzeri seminerinde, daha önce tanışmadığımız bir partner seçmemiz

ve kişisel birer objemizi takas etmemiz söylendi. Ben çok az şey görmüş olsam da partnerim heyecanlandı ve yakın zamanda hayatını kaybeden kocamı tarif etmeye başladı. Kuzey Ontario'da onu meşhur eden sıra dışı İskoç kumaşından yapılma paltosunu tarif ederken oldukça detaycıydı. Bu benim için bir ilkti ve bu farkındalık beni şaşırttı. Bunun üzerine ondan dikkatleri üzerimize çekmemesini rica ettim. Ama bu bir hataydı, çünkü elbette bu tip olaylar herkese çok ilginç gelir.

Ertesi gün, Bora Bora'daki son günümüzde, saçıma çiçekli bir toka almak için bir tekneye atladım. Adada birkaç küçük dükkân vardı, ama ben bir vitrinde çok güzel bir amberçiçeği gördüm ve onu almak istedim. Yaşlı tezgâhtar İngilizce ya da Fransızca bilmiyordu, ama büyük hasır bir şapkadaki açıklıkları benzer pembe bir renkte çiçeklerle doldurmaya başladı. Onu durdurmaya çalıştım, tek bir çiçek istediğimi söyledim, ama kadın beni umursamadı. O sırada genç Polonyalı bir kadın içeri girdi ve ben yaşadığımız sıkıntıyı açıkladım. Kadın yanıtladı: "Yanılan taraf sizsiniz. Bu şapka bir armağan." Son tekne de gitmek üzereydi, bu yüzden ben her ikisini de kucakladım ve tekneye koştum. Daha sonra diğerleri bana şapkanın ışıklar içinde göründüğünü söylediler.

Son seminer başlamak üzereydi. Medyum adımı ve fötr şapkalı ve kuyruklu ceketi olan bir adamın benimle dans etmek istediğini söylediği anda farkındalığım arttı. Bunun benim kocam olduğunu biliyordum. İlk evlendiğimizde, kütüphanede dans ederdik. Sonra tüm taziye mektuplarını yanıtladığım için minnettar olduğunu söyledi. Fotoğrafını çerçevelettiğim için teşekkür etti ve çerçevenin konumuyla ilgili yorum yaptı. Hepsi doğruydu. Son olarak çiçekleri çok sevdiğimi, ama bana çiçekler gönderdiğini söyledi.

Gruptan biri "Ve işte oradalar, yanında, şapkanda. Ve

muazzam görünüyorlar!" dedi. Nasıl olmuştu da Polonyalı kadın mesajı almıştı?

Bir hafta sonra yeni bir kristal serisinin tanıtımı için Neiman-Marcus'taki bir partiye davet edildim. Her birimize, kristalin içine saklanmış bir armağanı ortaya çıkarmamız için bir tuğla kili ve aletler verildi. Benim hediyem küçük, pembe, kristal bir amberçiçeğiydi.

~ Shirley

Shirley'nin merhum kocası, minnettarlığını ve sevgisini iletmek konusunda ısrarcıydı. İskoç kumaşından yapılma paltosunun ardından hem gerçek hem kristalden çiçekler geldi. Gerçek olanlar ışıklar içindeydi. Sevgi bunu yapabilir.

Spiritüel mesajlar beş duyuyu aşar ve pek çok farklı şekilde algılanırlar. Sözcüklere ya da lisanlara ihtiyaç kalmaz. Yaşlı Polonyalı kadın ne İngilizce ne de Fransızca biliyordu, ancak o bir titreşim aldı ve bunu çiçekli şapkaya dönüştürdü. Bu, Bora Bora'da normal bir şey olabilir, ama bizim için küçük bir mucizedir.

Bir sonraki hikâyenin yazarının bize anımsattığı gibi: "Her şey mümkündür."

• ŞİFA VE MUTLULUK •

Yakın zamanda Boston'da bir seminerinize katıldım ve hayatımda ilk kez böyle bir şey yaşadım. Tüm kitaplarınızı okudum ve geçmiş yaşamlar ve regresyon terapisiyle ilgileniyorum. Bir kez regresyon terapisine katıldım, bu seminerde ve kısa bir tecrübe olsa da olağanüstüydü.

Biz izleyicilere konferans salonunda yanımızda oturan

kişiyle şahsi bir eşyamızı takas etmemiz söylendi. Ben komşuma boynumdaki kolyeyi verdim. Sonra bize gözlerimizi kapatmamız ve komşumuzun yaşamında bir şey "görmeye" çalışmamız için talimatlarınızı yerine getirmemiz söylendi. Süreç sona erdikten sonra komşuma elimde onun eşyasını tutup sizi dinlerken neler gördüğümü anlattık. Duruma bakılırsa o dönemde hayatında olup bitenleri doğru bir şekilde anlatmış ve onun üzerinde karar verdiği konular hakkında bir kez daha düşünmesine sebep olmuştum.

Ardından benim hayatımda neler gördüğünü anlatma sırası komşumdaydı. Bana bir nehrin kenarında oynayan ve "erkeklere özgü" şeyler yapan küçük, sarı saçlı bir çocuktan bahsetti. Çocuk mutlu görünüyordu; ona gülümsemişti. Ayrıca elinde beyaz bir çiçek sallıyordu. Kadın usulca koluma dokundu ve şöyle dedi: "Bunu sana söylemek zorundayım. Söylemeli miyim, bilmiyorum, çünkü pek de mantıklı değil, ama söylemem gerektiğini hissediyorum. Çocuk sana iyi olduğunu söylememi istedi. O mutlu. Onun için üzülme." Ağlamak istedim, ama tanımadığım bu kadının karşısında gözyaşlarıma hâkim oldum. Sadece ona teşekkür ettim ve oradan ayrıldım.

Ağlamamın sebebi, gençliğimde kürtaj yaptırmış olmamdı. Bunu yapmak istemedim, ama ailemin ve erkek arkadaşımın baskısını hissetmiştim. O dönemde bebeğin erkek olduğuna inanmıştım ve hâlâ da böyle hissediyorum. O günden bu yana bunu yaptığım için suçluluk hissediyordum. Sık sık doğurmam gereken o erkek bebeği düşünürdüm.

Bu tecrübe benim bebeğin mutlu olduğunu ve "erkeklere özgü" şeyler yaptığını görmeme yardımcı oldu ve beni, benim de mutlu olabileceğime ikna etti. Yoksa neden bu yabancı bana çocuğun ona söylediklerini anlatma ihtiyacı hissedecekti ki? Neden, seminerdeki onca insan içinde ben, o kadının yanı-

na oturmuştum? Elbette onun bu olayı bilebilmesi mümkün değildi; çok az insan bilir. Ben, bu olaydan sonra, her şeyin mümkün olabileceğine inandım. Sonunda, değiştiremeyeceğim şeyler konusunda kendimi çok daha iyi hissediyorum.

~ T.H.

Omuzlarımızda çok fazla gereksiz keder ve acı taşıyoruz ve anlayış sayesinde bu yükten kurtulmamız mümkündür. T.'nin partneri küçük çocuğu hayal etmiyordu; onu net bir şekilde gördü ve verdiği mesajı iletmek için karşı konulmaz bir ihtiyaç hissetti.

Nehir fiziksel dünyamızı diğer taraftan ayırır. Bu, Yunan mitolojisinde ve diğer pek çok kültür ve dinde var olan çok eski bir semboldür. Diğer kıyı kavramı hem Budist Kalp Sutrası'nda hem de dünyanın dört bir yanındaki sayısız spiritüel metinde bulunur. T.'nin partneri nehri tesadüfen görmüş olamaz.

Ruh asla zarar görmez – onu ne ölüm ne de kürtaj incitebilir. Ruh diğer tarafta sürekli gelişmektedir. Dolayısıyla T.'nin oğlu Boston'a ona artık yas tutmamasını, mutlu olduğunu, iyi olduğunu söylemek için gelmişti. O hepimize hitap eder, çünkü hepimiz sevdiğimiz insanlar kaybettik ya da kaybedeceğiz. Ve onlar öldükten sonra rüyalarımızda, düşlerimizde, meditasyonlarda, yabancılar aracılığıyla ya da başka şekillerde bizi ziyaret ettiklerinde, mesajları T.'ye verilen mesaja benzer olacaktır: "Üzülme. Ben iyiyim. Mutluyum. Her zaman birlikte olacağız."

• BEYİN •

Tel Aviv'deki evime dönüş yolunda Iceland's Uluslararası Havaalanı'na inmek, mükemmel bir tatil için kusursuz bir

sondu. Fort Lauderdale'den Karayip Adaları'na giden lüks bir gemide sizin atölye çalışmalarınıza katılmıştım.

Havaalanında dolanırken insan kafaları şeklinde küçük heykeller satan bir dükkân gördüm. Bu heykeller renkli camlardan yapılmıştı. Yanlarına gittiğimde, tamamen şeffaf olan bir heykeli elime aldım, ama resmen ölü bir insanın kafatası gibi göründüğünü fark edince tekrar yerine bıraktım. Bunun yerine parlak yeşil renkte, üzerinde gümüş rengi bir maske bulunan bir başka heykel seçtim. Bu, Stockholm'den İsveçli bir heykeltıraş tarafından yapılmıştı. Bu beklenmedik fırsat karşısında heyecanlandım. Kafanın arka bölümünde, insan beyni gibi görünen mavi bir gölge vardı. Sonradan öğrendiğime göre, sanatçı bu parçaya *Beyin* adını vermişti ve insanlara stresi azaltmaları için bunu her gün kullanmalarını öneriyordu.

Bir yıl sonra, yine başka bir gemide bir diğer atölye çalışmanıza katıldım. Bu sefer Porto Rico'dan yola çıkmıştık. Bir meditasyon seansı sırasında, kafamın arkasında bir matkap sesi duydum, ama ne anlama geldiğini anlamadım.

Eve döndüm ve iki ay sonra beklenmedik bir operasyonla beynimden bir tümör aldırdım.

Uzun bir hastalık izninden sonra yargıçlık mesleğimden emekli oldum ve avukatlık bile yapmamaya karar verdim. Şimdi yapmaktan keyif aldığım şeylerle meşgulüm: torunlarımı görmek, kısa hikâyeler yazmak ve resim yapmak. Ve beynimle ve *Beyin*'le yaşadığım bu mistik, engin deneyimi düşünmekten asla vazgeçmedim.

~ Aviva Shalem

Tesadüf, kaza ve rastlantısal olaylar olarak düşündüğümüz şeyler hiç de öyle değildir. Aviva, teşhis ve ameliyattan bir yıl

önce beyin tümörüyle ilgili bilinçaltı uyarılar, işaretler ya da önseziler almaya başladı. Önce yanlış heykeli aldı, ama belki de atölye çalışması deneyimleri ve kuşkusuz psikometri egzersiziyle güçlenen sezgileri onu hemen o heykeli bırakıp *Beyin*'i seçmeye yönlendirdi. Bir sonraki yıl meditasyon sırasında duyduğu matkap sesi bir diğer işaretti. Sonuçta her şey iyi gitti ve ameliyat sonrası yaşamı, tıpkı İsveçli heykeltıraşın dilediği gibi, daha huzurlu ve stressizdi.

Nesneyi seçerek, onu ellerinde tutarak ve eşsiz enerji ve mesajlarını alarak Aviva kendi kişisel psikometri egzersizini yapıyordu. Bunu hepimiz etrafımızdaki milyonlarca nesneyle –ve sonra tanıştığımız insanlarla– yapabiliriz. Kendimize, her şeyi kapsayan güzel enerjinin bilincinde olma izni verdiğimiz takdirde dünyamızın nasıl genişleyeceğini hayal edin. Sonunda her zaman etrafımızı saran sevgi ve bilgeliğin büyüklüğünü anlayabiliriz.

Asla tanışmadığımız yabancılar bile bize, bir sonraki hikâyenin yazarı Lori'ye olduğu gibi kişisel mesajlar ve öngörüler sağlayabilirler.

• ANNENİ ARA •

Omega Enstitüsü'ndeki hafta sonu seminerinize katıldığımda, reenkarnasyon konusuyla uzaktan yakından alakası yokmuş gibi görünen bir kadın dikkatimi çekti. O gün seminerin büyük bölümünü uyuyarak geçirme becerisinden, Omega'nın ona sunabileceği hiçbir şeyin onun ilgisini çekmediği izlenimine kapıldım.

Günün ortalarına doğru, herkesten tanımadığı birini partner olarak seçmesini ve ondan aldığı bir nesneyi elinde tutarak meditasyon yapmasını istediniz. Görevimiz, o nesneyi tutarken aklımıza gelen her türlü görüntü ve düşünceyi hatırlamak ve

sonra karşımızdaki kişiyle paylaşmaktı.

Herkes eşini seçerken başkalarının da bu kadının ilgisizliğini fark ettikleri açıkça görülüyordu. Kadınla eşleşmemek için ellerinden geleni yaptılar. Ben, hem onun yalnız kalmasını önlemek hem de onu sezgilerimle hayrete düşürüp bunun denemeye değer bir olay olduğunu kanıtlamak için ondan eşim olmasını istedim.

Onun eşyasını elimde tuttum, çok sıkı konsantre oldum ve pek çok görüntü aldım: küçük beyaz bir köpek, çitlerle çevrili bir havuz, havuza uzanan verandanın üzerinde bir tente, sıcak hava ve köpekten her şeyin yolunda olduğuna dair bir mesaj.

Meditasyonu tamamladık. Ben öyle heyecanlıydım ki ilk olarak ben konuşmalıydım. Gördüklerimi sıralamaya başladığımda, kadın sürekli, "Hmm. Hayır. Hmm... bir havuz mu, hayır. Ben Bronx'ta yaşıyorum. Sıcak mı? Hayır. Hep orada yaşadım. Köpek, beyaz, hayır..." deyip durdu.

Partnerimin benim isabetli gibi görünen ayrıntılarımın herhangi biriyle bağ kurma başarısızlığı karşısında bir nebze hüsrana uğramış bir halde onun benim nesnemden neler aldığını duymak için arkama yaslandım. Seminerin büyük bir bölümünü uyuyarak geçirdiği için ondan hiçbir beklentim yoktu. Vay canına, çok yanılmıştım!

Çok güçlü bir New York aksanıyla, bana tüm hayatımı anlatmaya başladı. "Anneni ara!" diyerek başladı ve bana annemin ne yapacağına karar vermeye çalıştığı iki evden, annemin yaşadığı bir düşükten ve benim yanımda kalan küçük bir erkek ruhundan (bunu ikinci kez duyuyordum) ve daha pek çok şeyden söz etti. Her şey doğruydu – bunu biliyorum, çünkü yaptığım ilk şey annemi aramak olmuştu.

Onunla konuştuktan sonra öyle heyecanlandım ki herkese olan biteni anlatmak istedim. Tecrübelerimden birini anlat-

mam için beni aradığınızda, bir kez daha hayrete düştüm. O seansta benim aldığım görüntüler, ön sırada oturan, yakın zamanda köpeği ölen bir katılımcı içindi. Tüm ayrıntılar onun yaşamını anlatıyordu ve başkaları da çok sevdiği köpeğiyle ilgili görüntülere erişmişti.

Bu muhteşem deneyim bana hepimizin gerçekte nasıl birbirimize bağlı olduğumuz ve geçmiş ya da gelecek üzerine kafa yormaktan vazgeçip her ânımızı doyasıya yaşamamız gerektiği hakkında çok şey öğretti. Ve bunu yaparken unutmamamız gereken bir şey olduğunu: "Anneni ara!"

~ Lori Bogedin

Bu yüzden bize bir kitabı kapağıyla yargılamamamız gerektiği söylenir; dahası, hiç yargılamamamız gerektiği. Lori o kişiyi partner olarak seçerek şefkatli davranmıştı ve ardından küçük bir erkek çocuğunun ruhuyla birlikte önemli mesajlar alarak ödüllendirildi.

Yönlendirme, düşüncelerinizi, duygularınızı ya da hükümlerinizi başkalarına ithaf etme eylemidir ve bu eylem genelde gerçeklikte sapmalara neden olur. Bir şeyler göründüğü gibi ya da sizin farz ettiğiniz gibi olmayabilir. Örneğin, belki de Lori'nin partnerinin uyumasının sebebi yalnızca yorgun olmasıydı, ilgisiz olması değil. Belki bu seminerlere iki veya üçüncü kez katılıyordu ve konuşmaların yapıldığı bölümü iyi biliyordu, ama aslında kendini deneysel egzersizlere hazırlıyordu.

Lori'nin durumunda olduğu gibi, bizler en yakınımızda olanlardan daha fazla insana bağlıyız. Lori, odanın farklı bir bölümündeki bir insandan, yakın zamanda küçük beyaz köpeğini kaybetmiş birinden bilgiler aldı. Aynı ölüm-sonrası mesajı yine mevcuttu: Her şey yolundaydı. Hayvanların da

ruhları vardır.

Lori, her şeyin olması gerektiği gibi olduğuna dair derin bir huzur, bir akışkanlık, kati bir bilgelik hissetti. Bunu bilerek, gelecekte ya da geçmişte yaşamak yerine, mutluluğun ikamet ettiği mevcut zamanda yaşamayı seçebildi. Hepimiz Lori'nin yaptığını yapmalı ve duyarlı olmalıyız. *Only Love is Real* adlı kitabımda, bu kavrama değindim:

> Vietnamlı Budist bir rahip ve filozof olan Thich Nhat Hanh, bir fincan çaydan keyif almanın önemine değinir. Çaydan keyif almak için mevcut anda tamamen uyanık olmanız gerekir. Yalnızca mevcut andaki farkındalık ellerinizin fincanın hoş sıcaklığını hissetmesini sağlayabilir. Siz yalnızca mevcut anda aromanın keyfini çıkarabilir, lezzetini alabilir, inceliğini takdir edebilirsiniz.
>
> Geçmişe kafa yoruyor ya da gelecek için endişeleniyorsanız, bir fincan çaydan keyif alma deneyimini tamamen kaçırırsınız. Fincana bakarsınız ve çay bitmiş olur.
>
> Hayat da böyledir. Tam anlamıyla mevcut değilseniz etrafınıza bakarsınız ve an geçmiş olur. Hayatın hissini, aromasını, inceliğini ve güzelliğini kaçırırsınız. Hayat sizi geçip gider.
>
> Geçmiş bitmiştir. Bundan ders alın ve geçmişi salıverin. Gelecek henüz gelmemiştir. Plan yapın, ama zamanınızı gelecekle ilgili endişe ederek geçirmekten vazgeçin. Endişelenmek değersiz bir eylemdir. Çoktan olmuş olaylar üzerine kafa yormayı bıraktığınızda, asla olmayabilecek şeyler için endişelenmekten vazgeçtiğinizde, mevcut anda yaşarsınız. Ancak o zaman hayattan keyif alabilirsiniz.

Çayımızdan ve yaşamlarımızdan keyif almak için zaman ayırmalıyız. Bu çok basittir, ama bir o kadar da zordur. Endişelerden ve korkulardan kurtulun. Korku, bizi mutluluktan

mahrum bırakan, onun yerine anksiyete, stres ve dehşet koyan zehirli ve insanı güçsüz bırakan bir duygudur. Her günün getirdiği tatlılığın farkında olun. Hayat enfes bir güzellikle doludur. Bunu içinize çekin.

Lori gibi, ben de Omega Enstitüsü'nde ya da günlerce süren herhangi bir atölye çalışmasında olmanın beni değiştirilmiş bir evreye taşıdığını fark ettim. Bu evrede gerçek anlamda mevcut anda yaşayabiliyor ve tüm varlıklar arasındaki birbirine bağlantılılığı hissedebiliyorum. Bilincimin normal modunda olmadığını biliyorum; her günkü evresinden "diğer" perspektife geçiyor. Bu perspektifin bazı karakteristik özellikleri sevgi dolu bir kopukluk, zamansızlık, yargılayıcı yerine daha gözlemci olma ve derin bir içsel huzur ve dinginlik hissidir.

Son derece bilge bir adam olan mistik ve filozof Krişnamurti bir keresinde, bu değiştirilmiş farkındalık için zemin hazırlayabileceğinizi ama konuğun ortaya çıkmasını sağlayamayacağınızı yazdı. Diğer bir deyişle, onun için gereken koşulları yaratabilirsiniz, ama yine de gerçekleşmesi için beklemek zorunda kalabilirsiniz. Genelde, Omega'daki seminerlerimde eşim Carole ve ben bir hafta veya hafta sonunda bu son derece sinsi duyguyla ayrılırız. İkimiz de uzun sürmeyeceğini biliriz, ama hep ne kadar gideceğini merakla bekleriz. Genelde Omega'nın bulunduğu Rhinebeck'ten New York'taki havaalanlarına döneriz ve sonra orada bizi sıradan bilincimize döndüren bir şey –bir kabalık, bağrışan insanlar– olur. Bu geçiş çok anidir ve her ne kadar bunun farkında olsak da her şeye rağmen dönüş yapmak zordur. Ancak oraya son gidişimizde bu oldukça hızlı bir şekilde oldu.

Carole ve ben Omega'dan çıkmış, arabamızda ilerliyorduk ve yaklaşık otuz dakika sonra şiddetli yağmurun altında bir

marketin önünde durduk. Ben yakınlara park ederken eşim markete girdi. Farkında olmadan, her ne kadar ben aracımı park ettiğim sırada etrafımda kimse olmasa da anlaşılan bir başkasının beklediği bir yere park etmiştim. Bardaktan boşalırcasına yağan yağmurun altında, ben camlar kapalı bir halde arabanın içinde Carole'ın marketten çıkmasını beklerken, benim yaşlarımda, üzerinde yalnızca bir tişört olan bir adam arabamın etrafında dolanıp bana bağırmaya başladı. Neler olduğunu anlamamıştım ki sonunda ne söylediğini anladım: "Benim yerimi aldın! Ben burayı istiyorum."

Bu bana çok yersiz göründü. Hâlâ kendini bu bilinçten uzak hissediyordum ve her ne kadar şimdi yavaş yavaş çekilmeye başlasa da yoğun bir huzurla doluydum. Arabamın kenarında durduğu sırada, bu adamın boynunda bir Meryem Ana madalyonu olduğunu gördüm. Bir Meryem madalyonu takan bir adamın haykırması, bağırıp çağırması ve bir anlamda şiddet yanlısı tavırlar sergilemesi bana son derece tuhaf –hatta uygunsuz– geldi. Meryem Ana, sevgi dolu şefkatin, insanlara yardım eli uzatmanın simgesidir. Bu adamın onu kalbinin hemen üzerinde taşıyor, ama tamamen aksi bir tutum sergiliyordu.

Arabaya zarar verebileceğinin ya da camı kırabileceğinin farkındaydım. O anki ruh hali içinde her şeyi yapabilirdi. Ve o anda bir değişim yaşandı. Belki de anksiyete, panik ya da korku devreye girdi ve beni normal bilince döndürdü. Ona, "Kusura bakmayın. Beklediğinizi fark etmedim. Eşim markette, ben de onu bekliyorum. Burada olduğumu biliyor ve buradan ayrılırsam beni bulması zor olacak. Özür dilerim," dedim. Bununla birlikte adam yanımdan ayrıldı. Aklında neler olduğunu bilmiyorum, ama ortadan kayboldu.

Carole arabaya döndü ve oradan uzaklaştık. Ona yaşanan olayı anlattım ve bu onu da günlük bilince döndürdü.

Düzenli olarak meditasyon yapan ya da aşkınlığa erişen insanların bu sorunla baş etmek zorunda olduğunu fark ettik. O güzel evredeyken sıradan endişelerle nasıl ilişki kurabilirsiniz? O huzurlu, sevgi dolu, merhametli evrede olup da insanların sizi manipüle etmelerini ya da sizden faydalanmalarını nasıl engellersiniz? Bu çok zor bir görevdir. Meditasyon, derin düşünme, iç gözlem, hatta spiritüel bir kitabı okumak faydalı olacaktır. Yıllar içinde, bu evreye dair bir anımsatıcının da sizi ona döndürmede yardımcı olabileceğini fark ettim. Kendinize yalnızca o evrenin nasıl bir his olduğunu hatırlatmanız gerekir. Nefes alıp verişiniz nasıldı? Algı alanınızda neler vardı? O anda ne gibi fizyolojik değişiklikler fark ettiniz?

Özellikle çarpıcı bir rüyadan uyandığımda da aynı duygularla boğuştuğumu fark ederim. Hemen bir şeyler yememem ya da gazete okumamam gerektiğini, yalnızca o evreyle kalmam gerektiğini bilirim, çünkü o algısal modda çok daha fazlasının bilincinde olurum. Bu, aynı anda sezgisel olma, bir şeyleri daha derin bir evrede bilme, anlama hissidir. Ancak işe giderken, trafikle boğulurken ya da benzer bir aktivitedeyken, genelde normal uyanıklık bilincine dönmek gereklidir.

Kendinize her adımın kutsal, her nefesin yüce olduğunu hatırlatmanız önemlidir. Bu farkındalıklı zihniyette kalın ve o zaman bilincinizde bir değişim olacaktır. Mutlak bir huzur duygusuna erişeceksiniz. Bunu yapmak sizin için –bedeniniz, zihniniz için– sağlıklıdır. Siz spiritüel bir varlıksınız ve bu sizin doğal durumunuzdur. "Diğerini" normal evreniz ve "günlük" olanı fiziksel dünyada hayatınızı sürdürmenize yardımcı olması için geçici bir evre olarak düşünün.

Psikometri egzersizinde elde tutulan bir nesnenin nasıl özel gerçekleri ve ayrıntıları ortaya çıkardığı henüz bilinme-

mektedir. Bir enerji transferi olması mümkündür, çünkü pek çok insan, o nesneyi ellerinde tutarken nesnenin ısınmaya başladığını söyler. Pek çok eski çağ kültürü, tüm varlıkları ve tüm gerçekliği saran, sözlerin de ötesinde bir bilgelik ve zekâyı kapsayan bir yaşam gücünden bahseder. Buna *chi* (ya da *ki*), *prana*, Tao, kaynak ve daha pek çok isim verilmiştir. Feng-shui sanatı bu enerjinin akışını tarif etmeye çalışmıştır. Belki de bu tarifi imkânsız enerji okyanusu bu enerjinin mevcudiyetinin bütünlüğünün temelini oluşturur ve sezgisel içgörü ve bilginin transferinden sorumludur.

Sık sık bu bilinmez enerji alanının doğasını merak ederim. Örneğin, bilgelik ve diğer insani nitelikleri nasıl kapsar? Fiziksel objeler bu alanla nasıl ilişki kurar? O enerjide bizler nasıl belirir ve sonunda ona nasıl döneriz? Titreşim ya da frekansları nasıl düzenlenir?

Belki de bu tarifi imkânsız, bilge, eteral enerji mümkün olan en yüksek oranda titreşir ve frekansı nemlendikçe form oluşturmaya başlar: Önce gaz gibidir. Yoğunlaştıkça bu hassas gaz parlamaya başlar ve pürüzsüzce akan bir sıvıya dönüşür, ama hâlâ katı sınırları yoktur. Sıvı yoğunlaştıkça ortaya çıkan bu katı ya da fiziksel form sınırlara erişir ve diğer formlara kıyasla oldukça kısıtlıdır. Psikometri egzersizi sırasında partnerimize verdiğimiz objeler buna örnektir. Ve bizler de öyle. Ancak temel enerji aynıdır, eterik evreden çekilir. Sonuçta bizler kaynağımız olan o kutsal, şiirsel forma geri döneriz. Doğum yoktur, ölüm yoktur. Yalnızca dönüşüm vardır.

Kariyerimin başlarında, bazen çalışmalarımda neden hayalet ya da bağlı varlıklar veya negatif ruhlar fenomenleriyle karşılaşmadığımı merak ederdim. Başka insanlar kötü ruhtan arındırma ya da talihsiz bedeni arındırma üzerine pek çok

kitap yazmıştı. Ve ben her ne kadar çoğu "vakanın" hastalar tarafından istenmeyen ya da rahatsız edici içgüdülerin yönlendirmeleri olduğunu klinik anlamda saptamış olsam da belki de hepsi tamamen psikolojik değildi. Ancak ben hiçbir zaman bu kötü ruhlarla karşılaşmamıştım. Biri Tibetli *rinpoçe*'ler, diğeriyse bir Taoist ustası olmak üzere, peş peşe yaşadığım iki karşılaşma bunun nedenini anlamama yardımcı oldu.

1994 yılında, Michigan Üniversitesi'nde bazı Tibetli *rinpoçe*'lerle oturup konuşma fırsatı buldum. Reenkarnasyon konusundaki hararetli bir tartışma sırasında, onlara neden çalışmalarımda hiçbir zaman kötü bir ruhun musallat olduğu bir hastayla karşılaşmadığımı sordum.

Rinpoçe'ler kahkahayla gülmeye başladılar. Belki de sorum fazla basitti.

"Hayır," diye açıkladı bir lama tercümanı aracılığıyla. "Sizin enerjiniz böyle bir yakınlığa izin vermiyor." Sonra tekrar gülmeye başladılar. Soru basit değildi, anlamıştım; ancak bunu hiçbir zaman enerji alanları bağlamında düşünmemiştim. Bu tip ruhları benimle etkileşim kurmaktan alıkoyan itici bir kuvvet vardı.

2010 yılının ilkbaharında, hâlâ kişisel olarak hastalarımdan hiçbiriyle böyle bir vakayla karşılaşmamıştım. O dönemde Çin'e seyahat ediyordum ve Xi'an'ın dışındaki yeşillikli tepelerde meşhur bir Taoist ustayla bir araya geldim. Çevre üniversitelerden pek çok Taoist âlim de bu seminere katılmıştı. Bir saat kadar konuştuk ve pek çok konuya değindik. Sonunda onlara, on altı yıl önce Tibetli *rinpoçe*'lere sorduğum soruyu yönelttim. Bir kez yanıt aynıydı. Bu kez iki tercüman gerekti; biri bölgesel diyalekti Mandarin'e çevirmek, diğeriyse Mandarin'den İngilizce'ye çevirmek için, ama ben aradaki sapmanın yok denecek kadar az olduğuna eminim.

"Bu enerji sizin enerjinizde çok huzursuz olurdu. Bu enerji orada akamaz. Bu mümkün değil."

Benim enerji alanımın eşsiz bir tarafı yoktur. Sık sık meditasyon yaparım ve bu bir insanın titreşimlerini yükseltebilir. Ancak bu uygulama ücretsizdir, evrenseldir ve herkesin erişimine açıktır. Lamaların ve Taoist ustanın yanıtı yalnızca bana özel değildi; bu her birimiz için geçerlidir. "Kötü" ruhlar ya da oluşumlar, sizin enerji alanınızda da benimkinde oldukları kadar rahatsız olabilirler. Buradaki önemli nokta, spiritüel derslerimizde uzmanlaşarak o tip enerjiyle uyumsuz bir evreye ulaşabilecek olmamızdır. Şeytanlarınızdan bu şekilde kurtulabilirsiniz.

Meditasyona ek olarak, titreşimimizi yükseltmenin bir diğer yolu, yüreklerimizi ve zihinlerimizi sevgi dolu şefkat, dinginlik ve huzurla doldurmaktır. Bu niteliklerin, enerji alanını yeniden tanımlamada çok önemli olduklarını düşünüyorum. Bu uygulama ve ilkeleri günlük yaşamınıza dahil etmek sizi –hangi formda olursa olsun– belalardan uzak tutuyorsa, bu harika bir nimettir.

Rahip ve âlimlerin yorumları, kötü ruhlar fikrinin kabullenilmesini yansıtır, ama onlarla yaptığım bu görüşmelerden edindiğim izlenim, cehalet sözcüğünün, kötü ya da şeytani sözcüklerinden daha uygun olacağı yönündedir. Gerçek kötü yoktur. Cahil ruhlar karanlık görünebilirler, ama onlar yalnızca aydınlanmamış bir evrede (kelime anlamıyla "karanlıkta") var olurlar. Onlar bir okul bahçesindeki birinci sınıf öğrencileri gibidirler; biraz çılgın ve yaramaz, belki kızların saçlarını çekmekten hoşlanan tipte, ama kötü değil. Birinci sınıflar niteliksel açıdan mezun öğrencilerle aynıdır. Tek fark bilgi ve olgunluk seviyeleridir. Çocuklar genç ve cahildir, ama eninde sonunda onlar da mezun olurlar.

.8.

Eşsiz

Bazı hikâyeler kategorileştirmeye meydan okurlar, çünkü onlar yeni ya da ender rastlanan kavramlara, modern fiziğe ya da paralel evrenlere, gelecek yaşamlara, hatta doğum öncesi fiziksel olarak ters pozisyona dönen bebeklerle ilgilidirler. Bu bölümdeki vakalar bu kategoriye dahildir ve ruhun derin doğasına ve niteliklerine dair büyüleyici içgörüler sunarlar. Bizler, önemli spiritüel dersler öğrenmek için kısa süreliğine fiziksel bedenlerde cisimleşmiş ebedi ve çok boyutlu varlıklarız. Cizvitli mistik Teilhard de Chardin'in söylediği gibi: "Bizler spiritüel bir deneyim yaşayan insanlar değiliz. Bizler insani bir deneyim yaşayan spiritüel varlıklarız."

Spiritüel varlıklar zamanın, alanın ya da fiziksel bedenin sınırlarıyla kısıtlanmazlar. Bu, olağanüstü bir özgürlük gibi görünür ve bizim doğal evremizdir. Biz buyuz; yalnızca unutuyoruz.

Bu bölümdeki hikâyelerin size bu gerçeği hatırlatmalarına izin verin.

• GELECEĞE İLERLEMEK •

Benim deneyimim, 2007 yılında Omega'da verdiğiniz bir eğitim sırasında yaşanan, kişisel olarak oldukça etkileyici bir

deneyimdi. Bir açığa vurum seansında, niyetlendiği gibi geçmişe regresyon yerine, beni geleceğe götüren bir deneyimdi.

Geçmiş yaşam regresyonu terapisi eğitiminize katılmamın sebebi, terapatik donanımımı güçlendirmekti. Enerji psikolojisi alanından çekilen teknikler üzerinde müdahaleler sunan özel bir uygulama veriyorum. Genel psikoloji alanındaki akademik çalışmalarıma ek olarak, ayrıca son yirmi yılımı şifa ve refah konuları üzerine metafizik literatürü okuyarak, özellikle Jane Roberts'ın yazdığı *The Seth Material* adlı kitabı inceleyerek geçirdim. Siz bana, aynı anda var olan bir ömrü "hatırlama" olasılığına dair sorduğum bir soruyla bu çalışmayı hatırladığınızı söylediniz. 2006 yılında beni, bu bireylerin başka yaşamlarının da söz konusu olabileceğine inandıran, sunduğum çeşitli yaklaşımlara tepki veremeyen belirli bir yüzdeyle ilişkili olarak bu konularda yaptığım çalışmamdı.

Pratik senası, sınıfın birer yabancıyla eşleştirilmesiyle başladı. Ben, hızlı indüksiyon tekniğini uygulama amacıyla Amerikalı bir kadınla eşleştirildim. İlk olarak uygulayıcı rolünü ben üstlendim ve o da indüksiyona olumlu cevap verdi. Onu Batı'nın keşfinde bir öncü olarak geçmiş bir yaşama dair ayrıntılara götürdüm.

Rolleri değiştiğimizde, ben de hızlı indüksiyona çabuk cevap verdim ve o, zihnimi geçmiş yaşamlara açılan bir dizi kapıya götürdü. Yıllardır yerden tasarruf etmek için mutfak kapılarında oldukça yaygın olan boncukların örttüğü bir kapıdan içeri girdim. Bu girişin diğer tarafında, fiziksel anlamda iç içe geçmiş iki varlık tarafından karşılandım; başları yanak yanağaydı, alınları normalden daha uzun ve genişti ve insan normundan daha büyük, ama genelde bilimkurgu betimlemelerinde sıkça rastladığımız uzaylı-yüzündekiler kadar büyük olmayan mavi gözleri vardı. Bedenleri kıvrımlı bir formda birbirine geçmişti. Uzuvlar

güçlükle ayırt ediliyordu ve bacaklar incelmiş, yok olmuş gibiydi.

Bana yönelik varlıklarında hayırsever ve sevgi dolu bir enerji hissettim. Onların benim kılavuzlarım olduğunu biliyordum. Ama bundan daha önemlisi, son yıllarda sıklıkla kullanılan ve benim bu terimle bağdaştırılan dini yansımalara ihtimal vermediğim "koruyucu melekler" ifadesine takıldım. İkisi de ellerimi tutup dünyayı geride bırakarak beni uzaya uçururken beni nereye götürüyor olabileceklerine dair hiçbir fikrim yoktu.

Yıldız arasında kısa süreli gibi gelen bir gezintinin ardından, bir başka dünyaya, atmosferi olan, geride bıraktığımız Dünya'ya benzer mavi-beyaz bir küreye yaklaşmaya başladık. Bu tuhaf dünyanın üzerinde, stratosfer dolaylarında bir süre oyalandık. Elimi hâlâ tutuyor, ama beni ellerini bırakmaya ve aşağıdaki bulutlu atmosfere doğru süzülmeye teşvik ediyorlardı. Bunu yapma düşüncesi beni endişelendirdi, ama aynı zamanda kendime ve onlara güvendiğim takdirde, korkularımın anında dağılacağı konusunda beni telkin ettikleri hissine kapıldım. Görmem gereken şey, aşağıdaki gezegenin yüzeyiydi.

Onların ellerini bırakmayı başardım ve bulutların arasından yavaşça süzülmeye başladım. Çok geçmeden aşağıdaki toprakları gördüm: Ilıman bir iklim bölgesinin yeşil bitki örtüsü ve sonra toprakların idaresine dair işaretler, tarlalar ve çitler belirdi. Ânında kendimi bir tarlada, göremesem de bir nehre doğru hafif bir eğimi olan bir otlakta buldum. Bu güzel manzarayı ve güneşin bulutların arasından çayırlıklara bıraktığı huzmeleri izlediğim sırada, yakınımda duran birini fark ettim. Uzun boylu, kır saçlı bir adamdı ve duruşunda ayrıcalıklı bir havası vardı. Hafif ve ılık hava için uygun gibi görünen pastel tonlarında pamuklu bir kaftan giymişti.

Bu bendim! Daha yaşlıydım, ama kesinlikle bendim! Döndüğümü ve sol omzumun üzerinden yaklaşık iki yüz metre

mesafedeki bir binaya baktığımı gördüm. Burası ağaçların arasında yuvalanmış, oldukça büyük, üç katlı bir şatoydu. Buranın bir öğrenme ya da inziva yeri olduğunu biliyordum. Fransa'daydım, yıl 2037'ydi ve karşımda duran "benin" tepenin üzerindeki bu öğrenme merkezinde olduğunu biliyordum. Bu geleceğimden bir sahneydi ve ben, belli ki kendinden ve rolünden emin bir öğretmendim.

Kuşkusuz, beni geleceğime götüren arkadaşım, ben tecrübeye dair duygularımı ve seksen dört yaşıma gittiğim konusundaki kesinliğimi ortaya koyarken hayrete düşmüştü. Bana "koruyucu meleklerim" tarafından gösterilen şey, daha önce bilinçli olarak asla düşünmediğim bir şeydi. Hiçbir zaman bir öğretmen olmayı düşünmemiştim; hatta bu benim gözümde karşılığı verilmeyen ve çok çalışma gerektiren bir meslekti.

Ertesi yıl, müşterilerim ve kendim üzerinde yaptığım geçmiş yaşam regresyonu çalışmalarım ve çağdaş metafizik kaynakları aracılığıyla, hayattaki gerçek niyetimi ve hayatımın amacını keşfettim: öğretmek. Bir yıl kadar önce spiritüel kılavuzlarımın bana kulak verdiğim takdirde olası bir sonuç gösterdikleri bir tezahür ânı yaşamıştım. Ne öğretecektim? Bunu anlamam uzun sürmedi: Hayatımın son yirmi beş yılında gerçekleştirdiğim çalışmalara dayanarak kişinin benliğinin doğasına dair öğrendiklerimi başkalarına anlatacaktım. Kendim için yaptığım şeyi başkaları için yapacaktım: bilimden, metafizikten, felsefeden ve spiritüellikten, kişinin mevcut yaşamında amacını keşfetmesine olanak verecek sağlam, pratik rehberlik sunan bilgiler çıkarmak. Şimdi, bu bilginin değer ve memnuniyetle dolu bir hayat sürdürmenin anahtarı olduğunu biliyorum. İnsanlığın şu anda tecrübe ettiği bilinç değişiminde saklı olan bilgi budur.

~ Chris Johnson

Regresyon terapisi bir hastayı zamanda, bu hayatta ya da geçmişte başka bir hayatta önceki bir noktaya götürmeyi kapsar. Diğer yandan, ilerleme terapisi hastayı zamanda ileriye götürür ve Chris'in öyküsünde gördüğümüz gibi eşit derecede iyileştirici olabilir. Bu, *Same Soul, Many Bodies* adlı kitabımda ayrıntılı bir şekilde anlattığım ve belgelendirdiğim bir konudur.

Hem kişisel hem de küresel anlamda pek çok olası gelecek vardır. Bireysel ve kolektif kararlarımız hangilerinin gerçekleşeceğine karar verir, ancak aynı anda çoğu veya hepsi alternatif boyutlarda gerçekleşiyor olabilir.

Ancak yaşanması en muhtemel ya da daha muhtemel bir gelecek vardır. Chris'in spiritüel kılavuzları (ya da bilinçaltı bilgeliğinin oluşumu), kendini en mutlu ve en tatminkâr hissedeceği geleceğe bakmasına izin vermektedirler. Bu "en iyi" sonucu görerek artık noktaları birleştirebilir ve bu amaca ulaşabilir. Mevcut anda verdiği kararlar, onu en çok istediği geleceğe taşıyabilir.

İlginç bir şekilde, Chris 2037 yılında Fransa'ya ulaşmak için zamanda ve "yıldızların arasında" seyahat ediyor. Bu ileriye dönük Dünya fiziksel olarak burada mevcutmuş gibi görünmez. Belki de mevcut zamanın Dünyasıyla bağlantılı, ama tam olarak aynısı olmayan alternatif bir boyutu ya da gerçekliği temsil etmektedir. Sabırla zamanın çözümlenmesini beklersek onunla buluşuruz. Ancak, beden dışında ve uzayda ilerleyebilirsek daha çabuk buluşmamız mümkündür. Yarına kestirmeden gider, zamanın bir haritasını ele geçirir ve sonra bu haritayla mevcut âna döneriz. Planı ve hedefi bilerek bilinçli bir şekilde en uygun geleceğimize giden yolculuğu seçebiliriz.

Siz en uygun geleceğinizi bu kadar net bir şekilde göremiyor bile olsanız sizi oraya götürmesi için sezgisel bilgeliğinize güve-

nebilirsiniz. Korku ya da kuşkuların vizyonunuzu bulandırmasına ve yolunuzu engellemesine izin vermeyin. Kalbinizi dinleyin.

Sonraki yaşamlarımızın coğrafi lokasyonları önemli değildir. Buradaki önemli faktör kalitedir. Şefkat ve anlayışla dolu yaşamlara ilerliyorsak, kaçınılmaz bir şekilde uygun boyuta erişiriz.

Hikâyesinde Chris aynı anda gerçekleşen ya da mevcut hayatınızla eşzamanlı olarak yaşanan bir hayatı anımsama olasılığından söz ediyor. Neredeyse eşzamanlı hayatlar içeren bir regresyon nasıl olur? Olası bir örnek için Donna'nın sıradaki hikâyesini okuyun.

• ZAMANDA ÜÇLEME •

En sevdiğim ve en çarpıcı geçmiş yaşam anılarımdan biri bir üçlemedir. Bana çok etkili olan ve bir bireyin yaşadığı tecrübelerle nasıl büyüdüğünü gösteren üç ardışık hayat gösterildi.

Birinci sahnede kendimi bir Alman SS askerinin yeşil üniforması içinde gördüm. Üç arkadaşımla birlikte, Almanya'da bir köy yolunun kenarında duran askeri aracın yanında duruyorduk. Bir yandan tamamladığımız göreve dair bir rapor yazarken, aynı zamanda sigara içiyor, sohbet ediyor ve gülüyorduk. Dışarısı soğuktu ve nefesimiz soğuk havayla buluştuğunda dudaklarımızdan çıkan beyaz havayı görebiliyordum. Sağ tarafımızda, ahşap çitlerle çevrili, içinde birkaç ineğin ve çiftlik evinin bulunduğu açık bir arazi vardı. Arka planda Alp Dağları göze çarpıyordu. Solda, durduğumuz yolun hemen karşısında bakir ve el değmemiş bir çam ormanı vardı; az önce makineli silahlarımızla kırıp geçirdiğimiz bir Yahudi kampı dışında. Bir çiftçi gece bir kamp ateşi görmüş ve "yetkililere" bildirmişti. Biz de bu olayı incelemek üzere gönderilmiş

ve her yaştan kadın, erkek ve çocukların bulunduğu Yahudi ailelerinden oluşan bir grubu yakalamıştık. Onları sistematik bir şekilde öldürdük, ardından isteyebileceğimiz değerli bir şey olup olmadığına bakmak için eşyalarını talan ettik.

Bir sonraki an sahne değişti. Bu kez bir toplama kampındaki kadınlar koğuşunda duran hafif yapılı, Polonya kökenli Yahudi bir kadındım. Beş yaşındaki küçük oğlum önümde duruyordu. Hava soğuktu ve oğlumun üzerinde, bilekleri kıvrılmış, dizlerine kadar sarkan büyük, özensizce örülmüş bir kazak vardı. Gözlerine dökülen düz, sarı saçları vardı ve şampuana ihtiyacı var gibi görünüyordu. Şaşkın bir şekilde, onun bu hayattaki oğlum olduğunu fark ettim. Arkamızda bir gürültü vardı ve koğuşun kapısı sonuna kadar açıldı. Kamp muhafızları koğuşa girdi ve "*Alle der kinder aus!*" (Tüm çocuklar dışarı) diye haykırıp tüfeklerinin kabzalarıyla çocukları dışarı itmeye başladılar. Anneler çığlık çığlığaydı; çocuklar ağlıyor, annelerine sarılıyorlardı. Bir asker oğluma doğru yaklaştığı sırada, oğlum döndü ve tutunmak için karyola görevi gören ahşap iskeletlere tutunup gitmeyi reddetti. Onun diğer çocuklarla birlikte sürüklenerek dışarı çıkarılmasını izlerken yüreğim acı ve dehşetle kasıldı.

Sonra sahne bir kez daha değişti. Bu kez bir Alman askeriydim. Üniformam kahverengiydi ve ağır deri botlar giymiştim. Boş bir ofisteydim; masanın ortasındaki bir masaya doğru yürürken arkamda yankılanan ayak seslerini duyabiliyordum. Odanın tavanları yüksekti ve içerideki tek pencereden süzülen gri ışıkla loş bir şekilde aydınlanmıştı. Ceketimin cebinde taşıdığım belgeleri damgalamak için çekmeceleri açtım ve bir damga aradım. Belgeler Yahudilerin kaçmasına yardımcı olacaktı. Yakalanmadığımdan emin olmak için sürekli omzumun üzerinden arkamı kolluyordum. Daha sonra yakalandığımı ve

yaylım ateşiyle öldürüldüğümü hissettim, ama büyük bir grup Yahudi'nin kaçmasına yardımcı olduktan sonra.

~ Donna West

Fiziksel bedeninizden ayrıldığınızda, bilginizi, bilgeliğinizi ve dünya tecrübenizin meyvelerini diğer tarafa getirirsiniz. Bu fiziksel gezegendeki geçici ikametinde var olan düşünce ve eylemlerin neticeleriyle yüzleşmek zorundasınız. İyi ve şefkatli eylemleriniz büyük bir neşeyle karşılanır, çünkü siz buraya başarmak üzere gönderildiğiniz dersleri öğrenir ve bu derslerde uzmanlaşırsınız. Negatif, şiddete yönelik ve kaba eylemleriniz kederle karşılanır. Zarar verdiğiniz insanların acılarını hissedersiniz. Bunun spiritüel yol olmadığını çok derin bir seviyede anlarsınız. Gelecek yaşamlarda, incittiğiniz insanlara olan borcunuzu sevgi ve merhametle ödemek zorunda kalırsınız. Onlara yaptıklarınızı telafi eder, onları bütünleştirirsiniz ve muazzam bir şifa meydana gelir. Bu borcun ödenmesi, diğer tarafta bir ceza değildir. yalnızca eylemlerimizin neticelerinin düzeltilmesi gerektiğini öğrenmek için bir derstir.

Bu üçlemedeki ilk anıda, Donna'nın davranışı başkalarını incitir. Toplama kampındaki anne olarak böyle bir davranışın mağduru olmanın nasıl bir his olduğunu anlar. Üçlemenin son sahnesindeyse yine bir Alman askeri olma fırsatıyla ödüllendirilir, ama bu kez kendi canını tehlikeye atmak pahasına başkalarını kurtarmak için sevgiyle yardım eder. Bundan sonra başka sahne yoktur; başkasına gerek de yoktur. Donna yalnızca sevgi ve merhameti öğrenmekle kalmamış, aynı zamanda onları güzel bir şekilde benimsemiştir. Ders tamamdır.

Donna'nın eşzamanlı üç yaşama dair anıları ihtimaldışı

değildir. Bunlar büyük olasılıkla ruh grubunun paylaşılmış anılarını yansıtmaktadır. Bu bölümün birinci hikâyesinde Chris'in sözünü ettiği kitabın yazarı Jane Roberts ruhların bölünme ve eşzamanlı yaşamlar sürdürme becerisinden söz eder. Ruhlar fiziksel bedenin kısıtlamalarıyla sınırlandırılmazlar. Bizler ruh seviyesinde bağlıyız ve tüm deneyimleri paylaşabiliriz. Akaşik kayıtlar kavramı, her şeye dair bilgiler ve psikanalist Carl Jung tarafından ortaya atılan ve benzer bir fikir olan kolektif bilinçaltı bu potansiyeli yansıtır. Belki hepimiz, Bütün'ün yansımaları ya da kıvılcımlarıyızdır. Belki her şeyi kapsayan görünmez enerjiden bölünmüşüzdür. Ya da belki, Catherine'in uzun zaman önce söylediği ve benim *Birçok Yaşam Birçok Üstad*'da yazdığım gibi: "Bir sürü tanrı vardır, çünkü Tanrı her birimizin içindedir."

Bilinçli, sol beyin odaklı zihin sık sık spiritüel bir karşılaşmayı entelektüel sorular ve spekülasyonlarla bölerek araya girebilir. Bize bizim bedenler olduğumuzu, zamanın doğrusal olduğunu, yalnızca fiziksel boyutta var olduğumuzu söyler. Ama uykuya dalıp rüya gördüğümüzde, bilinçli zihnimizin kontrolü azalır ve görevi bilinçaltımız devralır, tıpkı hipnoz sırasında olduğu gibi. Bu sebeple, rüyalar genelde geçmiş yaşam anılarının ve mistik içgörülerin ortaya çıktıkları yerlerdir, tıpkı bir sonraki hikâyenin yazarının keşfettiği gibi.

• GECE UÇUSU •

Yaklaşık altı yıl önce, bir arkadaşımla birlikte hafta sonu çalışmalarınızdan birine katıldık. Ben tüm seminerlere ve hipnoterapi seanslarına katıldım ve ben herhangi bir kişisel neticede alamasam da diğer katılımcıların tecrübeleri karşısın-

da büyülendim. Etkilenmiş olmama rağmen bir nebze hayal kırıklığına uğramıştım.

Yakınlardaki bir motelde kalıyorduk ve son gece uyurken asla unutmayacağım bir rüya gördüm. Giderek artan titreşimlerle, odanın penceresinden uçtum ve kendimi etrafa gelişigüzel serpiştirilmiş evlerle dolu yeşil bir vadinin üzerinde "uçarken" buldum. Burasının neresi olduğunu bilmesem de çok eski bir köy olduğunu biliyordum. Çatılar sazla örtülmüştü. Bir zamanlar yaşadığım bir yeri gözlemlediğime dair içimde güçlü bir his vardı. Sonra yine pencereden yatağıma döndüm ve aynı deneyimi defalarca tekrarladım.

Titreşimlerin yoğunluğundan dolayı bu olayı hiç unutmadım. Ertesi sabah, büyük olasılıkla, seanslar sırasında olmasa da kendi uykum esnasında bir geçmiş yaşam sahnesine tanık olduğumu düşündüm. Bu yüzden hipnoterapi bende etkili olmuştu, ama aktif seanslar sırasında direnç gösterdiğim kanısına vardım.

Sık sık o küçük köyün neresini olduğunu merak eder ve oraya dönmek isterim.

~ Victoria

Geçmiş yaşam anıları rüyalarda ortaya çıkabilir. Bunlar Freudcu semboller ya da metaforlar değil, gerçek anılardır. Victoria'nın deneyimi de bunlardan biriydi ve aynı zamanda uçma ya da beden-dışı rüya görme unsurları içeriyordu. Onun için pek de başarılı olmayan gündüz regresyonları, bunun oluşması için zemin hazırlamaya yardımcı olmuş olabilir. Regresyonun seanstan sonra, bazen bir rüyayla ya da spontane bir *déjà vu* duygusuyla gerçekleştiği bu gecikmiş etkiyle sık sık karşılaşırım. Zihin alıcı olmuştur ve ardından anı gelir. Sabır

ve pratik bu süreci harekete geçirebilir.

Victoria'yla birebir regresyon terapisi yapıyor olsaydık, gördüğü rüya, benim sazlı çatıları olan o köydeki geçmiş yaşamı anımsaması için kullanacağım bir kapı olurdu.

Önemli olan tecrübedir, o tecrübeye ulaşmak için kullanılan yöntem değil.

Bu noktaları açıklamak için, New York City'de bir günlük bir atölye çalışmasından bir gün sonra birbirlerini tanımayan iki katılımcıdan benzer ve eşzamanlı mesajlar aldım. Biri, etkinlikte herhangi bir geçmiş yaşam anısı yaşamadığını, hatta tıpkı daha önce katıldığı atölye çalışmalarında ve regresyon CD'lerimi her dinlediğinde olduğu gibi uyuyakaldığını yazmıştı. Ertesi sabah, bir kez daha CD'leri dinlemeye karar vermiş ve bir kez daha uyuyakalmıştı. Ama bu kez, CD'ler dönmeye devam ederken aralıklarla uyanmış ve bir değil, birden fazla geçmiş yaşam görmüştü. CD'de, dinleyicileri geçmiş yaşamlarını bir kolyedeki inciler gibi hayal etmeye teşvik ederim. Bu kadın, regresyon sırasındaki sayısız girişiminde herhangi bir anıya ulaşmayı başaramamıştı, ama aniden "farklı boncuklarla yapılmış çocuksu kolyesini" net bir şekilde görebilmişti. Bunun inanılmaz bir gelişme olduğunu yazmıştı ve ben de aynı fikirdeydim.

Diğer katılımcı da atölye çalışmasında yer almış ve hiçbir geçmiş yaşam anısına ulaşamamıştı, ama sabretmeye devam etmişti. O gece, bir dizi rüya görmüştü. "Uyandıktan sonra," diye anlatıyordu, "hayatımda ne yapmam gerektiğini net bir şekilde anladım. Bu netliğe ulaşmak inanılmazdı. Sanırım iletişim yolum rüya evresinde daha açık oluyor. Şimdi onları yorumlayacak beceriye sahibim." O günkü atölye çalışmaları esnasında meditasyon yapmak başta verimsiz gibi görünmüş olabilir, ama o gece, hayattaki amacını gözler önüne seren rüyalar görmüştü. Bu ne muazzam bir armağandır!

Bir sonraki hikâyede, Horace kavramsal anlayışa ulaşmanın bir başka potansiyel yöntemini sunuyor. Sizden mümkünse onun tasvir ettiği egzersizi fiziksel olarak gerçekleştirmenizi rica ediyorum, çünkü bunu yapmak, reenkarnasyonun çok boyutlu bir evrende nasıl meydana gelebileceğine dair sezgisel bir anlayış sağlar.

• DÜZLEMCİLER •

Ben, 1968 yılında Yale'den doktora derecesini almış bir kuramsal fizikçiyim. *Many Lives, Many Masters* adlı kitabınızı okuduğum dönemde, daha yüksek boyutlarda bir sürü kuramsal fizik araştırması okuyordum. Bazı fizikçiler şimdi yüksek fiziksel boyutlara kanıt bulmak için testler yapıyorlar. Örneğin, çok küçük mesafelerde yerçekimi kuvvetlerinin ters bir karesel yerine ters bir küpe dönüşüp dönüşmediğini görerek dördüncü ekstra uzaysal boyutun varlığını test edebiliyorlar. Bu hâlâ tartışmaya açıktır, ancak reenkarnasyona fiziksel anlamda sezgisel bir mekanizma verme açısından sizin çalışmalarınız dahilinde olasıdır.

Ne söylediğimi açıklamak için, *Düzlemler Ülkesi* adlı kitabı yazan on dokuzuncu yüzyıl yazarı A. Abbott'ın fikirlerini ele alalım. O kitapta Abbott iki boyutlu bir varlık olmanın nasıl bir his olacağından ve böyle bir varlığın tuhaf, ekstra bir üçüncü boyutu nasıl deneyimleyeceğinden söz eder. Bu perspektiften bakıldığında, bir el modelini düşünün. Elinizi alın ve parmak uçlarınızı düz bir yüzeye koyun (yeterince geniş düz bir yüzey bir "Düzlemciler evreni" olurdu). Şimdi parmak uçlarınızın, bir grup Düzlemcinin fiziksel oluşumunu temsil ettiğini düşünün. Onların birbirleriyle olan etkileşimleri, Düzlemcilerin dünya-

sında birbirlerine yaklaşan parmak uçlarınızla örtüşür. Ben, her Düzlemcinin ruhunu, bütün bir parmak olarak hayal ediyorum. Bir Düzlemci için, parmak kendi "fiziksel" iki boyutlu benliğinin daha yüksek, üç boyutlu bir manifestosu olurdu.

Fiziksel iki boyutlu bir Düzlemci öldüğünde ne olur? Parmağınızı düz yüzeyden kaldırın ve geriye üç boyutlu ruhun iki boyutlu manifestosu kalır. Zaman geçtikçe, o aynı parmak (ruh) düzleme geri döner ve kendini farklı bir lokasyona yerleştirir. Ruh (üçüncü boyut), bir başka iki boyutlu Düzlemci bedeninde enkarne olur. Üç boyutlu elin birden fazla parmağı, iki boyutlu bir yaşamdan diğerine birbirleriyle özdeşleşen pek çok ruh gibi olur.

Bu açıklamanın insanlara reenkarnasyonun nasıl oluşabileceğine dair daha net bir sezgisel his verdiğini gördüm. Bu aynı zamanda ESP'nin (duyu-dışı algılama), medyumluğun, önsezinin ve diğer tüm paranormal fenomenlerin nasıl işlediğine dair olası bir fiziksel açıklama sunmaktadır. Şimdi fizikçinin yapması gereken tek şey, bu kuramsal "üçüncü uzaysal boyut" için (ya da bizler için dördüncü uzaysal boyut, elbette) deneysel kanıt bulmaktır.

~ Horace Crater

Bu, olası paranormal mekanizmalar arasında ve fiziğin bir gün reenkarnasyon gizemini ve ruhun yolculuğunu nasıl açıklayabileceğine dair çok merak uyandıran bir modeldir.

Fizikçiler, mucizelerle bilim arasında bir köprü kurarak bizim çağımızın mistikleri oldular. Ünlü fizikçi Albert Einstein'ın şu sözlerini hatırlıyorum:

"İnsan, bizim evren dediğimiz bütünün, zaman ve boşlukta kısıtlı olan bir parçasıdır. Kendini, geri kalanından ayırt eden bir şey

gibi düşüncelerinde ve duygularında ifade eder... bu, bilincinin bir tür optik illüzyonudur. Bu illüzyon bizim için kişisel arzu ve sevgimizi yalnızca en yakınımızda olan birkaç insanla sınırlandıran bir zindandır. Bizim görevimiz merhamet çemberimizi tüm canlıları ve tüm doğayı kucaklayacak şekilde genişleterek kendimizi bu zindandan kurtarmak olmalıdır."

Kutsal doğamızı kavramak için tıpkı Horace'ın yaptığı gibi, fizik ve kimyada bulunan bilimsel ilkeleri kullanabiliriz. Örneğin, ben atölye çalışmalarımda insan doğasını ve bedenin zihin ve ruhla olan ilişkisini açıklamaya yardımcı olması için buz küpleri benzetmesini kullanırım.

Soğuk suda yüzen buz küplerinin bilinçli olduklarını hayal edin. Bir buz kalıbındaki buzlarla diğerleri tartışırdı: "Bizim kenarlarımız sizinkilerden daha keskin," ya da "Biz küpler sizden daha berrak ve daha simetriğiz." Sonunda bu tartışmalar kavgalara ve sonunda savaşa yol açardı ve dünyadaki hayatın bir dengine ulaşırdık. Ama suyu ısıttığımız takdirde tüm buzların eriyeceğini bilirdik. Dolayısıyla her buz kalıbındaki her buz aynı olurdu: su.

Su, her zaman ruh için bir metafor olmuştur. Buz küpleri hiçbir zaman bağımsız bir mevcudiyete sahip değildirler. Onlar sudan var olurlar ve ısıtıldıklarında yine suya dönüşürler. Buz küpünün özü aslında daha yavaş bir oranda titreşen H O molekülüdür. Isı eklendikçe, titreşim oranı artar ve buz küpü erir. Başından beri onların mevcudiyeti bir illüzyondur. Onlar en başından beri yalnızca HO 'dur, yalnızca sudur.

Suyu ısıtmaya devam ederseniz ne olur? Sonunda bu bile kaybolur. Her şey buhardır, görünmezdir ama boş değildir. H O molekülü hâlâ oradadır, ama şimdi çok hızlı bir oranda titreşiyordur. Molekülün dönüşümüyle o da buhar olur. Bunu

biliriz çünkü buharı yoğunlaştırır ya da soğutursanız, tekrar suya döner. Suyu ısıtmaya devam eder ve buz küplerini tekrar derin dondurucuya koyarsanız bir süre sonra tekrar buz küpleri elde edersiniz. Bu, onların döngüsüdür.

Şimdi bu buharı ısıtmaya devam ettiğinizi hayal edin; bu durumda bir kez daha ısı enerjisiyle. HO molekülü bölündükçe siz atomaltı partiküller, yıldızsı gökcisimleri, kuarklar ve benzer tipte diğer elementler elde edersiniz. Dolayısıyla buharın da ötesinde evreler vardır ve siz ilerledikçe, onlar insan düşünce ve sözleriyle ifade edilemeyen bir noktaya ulaşırlar.

Ve bu bizim doğamızı yansıtır. Burada bu dünyevi bedenlerde, biz de buz küpleri gibiyiz: En ağır oranımızda titreşiyoruz, katıyız, ağırız. Bizi ısıtırsanız ne olur? Bizim durumumuzda, bu ısı enerjisiyle değil, sevgi enerjisiyle gerçekleşir. Bizim titreşimimizi artıran budur koşulsuz sevginin varlığı ve yüreklerimizi açabilme becerisi; empatiyle, merhametle, şefkatle ve özgecilikle yaşamak ve başkalarının potansiyellerine ulaşmalarına yardımcı olmak.

Eriyip suya dönüşen buz küplerinin dengi, bizim tekrar ruha dönüşümüz olurdu. Gerçek doğamız spiritüel varlıkların doğasıdır. Titreşimimizi artırmaya devam ederken buharın dengi nedir? Büyük olasılıkla ruhun ötesinde var olan her şeydir. Öyleyse bunun da ötesinde var olan bir şey vardır ve onun da ötesinde. Dolayısıyla bizler, bu anlamda, buz küpleri gibiyiz. Her biri titreşimsel oranda bağlantılı olan pek çok boyuta sahibiz.

Tanrı'nın ve yüksek düzlemlerin varlığından söz edebiliriz, ama bunu bütünüyle anlayacak sözlere ya da algıya sahip değiliz. "Tanrı dünyayı neden yarattı? Amacı ne?" gibi soruları yanıtlamanın bu kadar zor olmasının bir sebebi budur. Buz benzetmesindeki atomaltı partiküllere denk olan bu kürelerde

neler olduğunu bilemeyiz. Bildiğimiz şey, burada olduğumuz ve bu en yüksek enerjinin fiziksel oluşumları olduğumuzdur. Bizim enerjimiz sevgidir HO molekülü değil, sevgi.

Bu anlamda, tüm yanıtları bilmek zorunda değiliz. Ben sık sık insanlara, "Bilmiyorum," derim, çünkü gerçekten bu zor soruların çoğunun yanıtlarını bilmiyorum. Ama bildiğim şey, hepimizin özü sevgi, empati, şefkat, merhamet ve özgecilik olan spiritüel varlıklar olduğumuzdur. Bunlar titreşimimizi artıran, bilincimizi yükselten ve hepimizin her şeyin bir ve her şeyin bağlı olduğu o yuvaya dönmesine olanak veren eylem ve tutumlardır.

Bir keresinde, buz küpleri, su ve buhar benzetmesini açıklarken, bir sahnedeki bir sandalyede oturmuştum. O anda, sandalyede oturmanın o buz küpleri fikriyle bağlantılı olduğunu fark ettim. Burada, Dünya'da sandalye benim için katıydı. Benim ağırlığımı taşıyacağına güvendim, oturdum, kalktım, tekrar oturdum. Ama başka bir seviyede, sandalyenin moleküllerden oluştuğunun farkındaydım: birini kumaş yapan, diğerini ahşap yapan, vs. moleküllerden. Dolayısıyla sandalye katı bir cisim olsa da ve o anda ağırlığımı taşısa da aynı zamanda moleküller, atomlar, çekirdekler, atomaltı partiküller ve daha küçük partiküllerdi ve elbette enerji. Dokunabildiğim ve oturabildiğim bir objenin saf enerji olması ne kadar inanılmazdır. Büyük olasılıkla tam anlamıyla ve verimli bir şekilde faydalanılabilseydi tüm gezegene elektrik verirdi.

Bizler de bu sandalye gibiyiz: Fizikseliz, ama saf enerjiyiz. Dolayısıyla bizlerin spiritüel bir deneyim yaşayan insanlar değil, insani bir deneyim yaşayan spiritüel varlıklar olduğumuzu söylerken bunlar aslında aynı zamanda olmaktadır. Yalnızca en küçük parçamız bedendedir; çoğumuz değil. Bilinç beyinle ya da bedenle kısıtlı değildir, onlardan aşkındır. Tıpkı buz küpleri, su, buhar ve buhar-ötesi evre gibi, bizler de

eşzamanlı olarak materyal âlemde, spiritüel âlemde, bunun da ötesinde var olanlarda ve sonra ışık âlemlerinde ve hayal bile edemediğimiz diğerlerinde var oluruz.

Tüm güneş sistemlerini, yıldız sistemlerini, galaksileri ve kozmologların bize sürekli olarak yaratıldıklarını söyledikleri evrenleri düşünün. Bunlar sınırsız ve bizim kavrayabileceğimizin de ötesinde bir büyüklüktedirler, ancak onlar yalnızca başlangıçtır. Bir de hayal gücümüze meydan okuyan fiziksel-olmayan boyutlar, enerji boyutları vardır. Bu bizi şaşkına çevirir ve bizi hepimizin insan olduğu ve yine de hepimizin enerji olduğu kavramına döndürür.

Bu, doğamıza ve Tanrı'nın doğasına bir bakıştır. Bu bağlamda düşündüğünüzde, her şeyden önce bir şey var olmuş olmak zorundadır: bir etkeni olmayan, öncüsü olmayan bir şey. Bir sandalye veya bir buz küpünü düşündüğümüze, bir etkenimiz, bir öncümüz vardır. Su molekülü ya da suyu dondurmadan önce var olan su vardır. Sandalye, bir sandalye olmadan önce ağaçlar ve bitkiler olarak var oldu ve o ağaçlar ve bitkiler kendi öncü formları, belki de tohum olarak var oldular. Ama öncüsü olmayan, her zaman var olan, bizim kavrayamadığımız, asla oluşmamış, asla kaybolmayan bir şey vardır. Diğer her şey, tıpkı sandalye veya buz küpü gibi enerjinin farklı evreleridir, bu şey dışında.

Eskiçağ kültürlerinde bazı insanlar buna Tao der. Biz, "Sürece güven," dediğimizde aynı şeyi söyleriz. Bu, Tao'yu ya da yolu ya da akışı izlemek demektir. Sözcükler önemsizdir; bu, yaratılıştan önce var olmuş, her zaman var olacak ve her şeyin -tüm buz küplerinin, suyun, buharın, sandalyenin, bedenlerimizin, spiritüel doğamızın ve bunun da ötesinde var olan her şeyin kaynağı olan bilge ve sevgi dolu bir zekâ kavramıdır. Bu, bilge ve saklı bir şeydir, yaratılmış her şeyin temelini oluşturan

bütün ve koşulsuz sevgidir.

Bunu anladığımızda, önemli olmayan şeylerden vazgeçebilecek duruma geliriz: şöhret, başarı, tanınma, para, objeler. Bunların hiçbirini yanımıza almayız. Geri götürdüğümüz şeyler, öğrendiğimiz ve uzmanlaştığımız o derslerdir. Yüreklerimizin açıklığını götürürüz. Mevcut zamanda bunları bütünüyle anlayıp anlamamamız önemli değildir. Kalbimiz bunu derinden bilir. Ve biz kalbimizi ve sezgilerimizi takip ederek evimize döneriz.

• HİPNOZ VE HAMİLELİK •

Ben hamilelik öncesi ve sonrası seanslarda uzmanlaşmış bir refleksologum ve 2010 yılında Omega Enstitüsü'nde yaptığım seyahatin bir sebebi, doğmamış çocuk hakkında daha fazla bilgi edinmekti.

Tartıştığımız en büyüleyici konulardan biri, annemizin rahmindeki benliğe nasıl dönebildiğimizdi. Ben bunu kişisel olarak yaptım ve bu dünya düzlemine ayak basmadan önce bu kadar küçük bir insanın duygularını hissetmenin yalnızca çok ilginç değil, aynı zamanda bir o kadar etkileyici olduğunu gördüm.

Eğitim sona erdiğinden beri son birkaç aydır, bebekleri ters pozisyonda olan on kadın gördüm. Hepsi otuz beş ila otuz sekiz hafta aralığındaydı ve bebeklerini çevirmek için çaresizce çözüm arıyorlardı. Ayakları üzerinde çalışırken onların doğmamış bebekleriyle bağlantı kurmalarına yardımcı olmak için yarattığım gözünde canlandırma tekniğini kullandım. Bu teknikle onların zihinlerinde rahme girmelerini, bebekleriyle konuşmalarını, onlara her şeyin yolunda olduğunu ve en önemlisi annenin onları sevdiğini söylemelerini sağlarım. Kadınlar

birkaç dakika orada kalırlar ve sonra ben onları geri getirir, ayaklarındaki çalışmayı bırakır ve eğer uyuyakalmışlarsa onları uyandırırım. Size, on bebeğin de düz pozisyona döndüğünü ve her birinin doğru pozisyonda doğduğunu söylüyorum.

Bunun kadınların çok küçük bir bölümü olduğunu biliyorum, ama şu âna kadar yüzde 100 başarı yakaladık. Bununla ilgili bir diğer gerçek ise kadınların büyük bir çoğunluğunun bu hamilelikten önce bir düşük yapmış olmalarıdır. Spiritüel şapkamı başıma geçirmiş olmasaydım kadınların düşüğün yaşattığı duygusal travmayla tam anlamıyla baş edemediklerini, hâlâ bedende kilitli kalan duygular olduğunu ve ne yazık ki bebeğin bu sinyali aldığını söylerdim.

~ Susie Gower

Bunlar mucizevi olaylar mı, yoksa bebeklerin ters pozisyondan dönüşlerinin altında yatan bilim ve fizyolojiyi anlamıyor olabilir miyiz? Anne-ve-bebek iletişiminin, doğum öncesi süreçte bile derin ve gerçek olduğunu biliyorum. Susie, rahim bağlarındaki çoklu seviyeleri, bu küçük mucizeleri doğrulamaya yardımcı olmaktadır.

Zihinlerimiz bu kitapta anlatılan hikâyeleri tam anlamıyla kavrayamasa da algımızı açık ve meraklı tutmamız önemlidir. Bir sonraki hikâyenin de gösterdiği gibi, deneyim ve öğrenme ancak bu şekilde gerçekleşebilir.

• KUŞKUCULUKTAN UZAKLAŞMAK •

2011 yılının Nisan ayında, bir gece önce Canberra'dan otobüse atlayıp Sydney'deki seminerinize katıldım. Katılmak

konusunda kararsızdım, çünkü bu "Yeniçağ" olaylarının gerçekten doğru olup olmadıkları konusunda kuşkularım vardı. Sabah seansına katılmaya, nasıl gideceğine bakmaya ve sonra zamanıma değeceğine inanmadığım takdirde Darling Harbour civarında dolanmaya karar verdim.

Başlarda biraz kuşkucu olsam da asıl umudum, dar kıyafetler giyme konusundaki fobimi azaltmak veya yok etmek için çalışabilmek ve bu klostrofobik köşeye sıkışmışlık duygusundan kurtulmaktı. Bu duygular, kişisel yaşamımı ve işimi etkileyen panik atak krizlerine yol açmaktaydı.

Seminerdeki ikinci egzersiz esnasında, yanında oturduğum kişi alyansımı aldı ve karanlık, puslu, pisli bir şehirde ilerleyen bir tren hissine kapıldı. Tren bir tünelden geçerken olağanüstü bir güzelliğe sahip yemyeşil bir bölgeye ulaştı. Daha önemlisi, göğsümdeki sıkışmayı ve nefes alma güçlüğümü aldı. Klostrofobik kıyafetler konusunda da bu şekilde hissettim.

Üzerimde bol giysiler olduğumdan hemen büyük bir fark gördüğümü söyleyemesem de öğle arasında oradan ayrılmadığıma seviniyordum. Sonra eve dönüş yolunda otobüse bindim ve yolculuk sırasında seminerde katıldığım tüm egzersizleri düşündüm. O gece, uzun zamandır olmadığı kadar güzel bir uyku çektim. İşle ilgili endişelerle gece yarısı uyanmak yoktu. Uyumak için saatlerce dönüp durmak yoktu.

~ Cherelle

Cherelle'in ruhunda bazı değişiklikler oluyordu. Yıllar olduğundan çok daha güzel bir uyku çekti. Aramızdaki uykusuzluk hastaları için bu son derece önemlidir. Kuşkular sizi zihninizi açmaktan ve kendinize deneyimleme izni vermekten alıkoymadığı sürece kuşku duymakta bir sorun yoktur. Keşfettiğiniz

şey hakkında aşırı mantıklı argümanlara girmekten kaçının. Sırf entelektüel bir itirazınız var diye okumayı bırakmayın, öğrenmeyi bırakmayın ve büyümeyi bırakmayın. Belki de, siz henüz keşfetmemiş bile olsanız, sorunuzun bir yanıtı vardır. Başkalarının irdelenmemiş fikir ve yargılarının sizin yürekten gelen eylemlerinizi ve merhametli doğanızı etkilemesine izin vermeyin.

Geçmiş yaşamlar fikrine son derece sinik yaklaşan bir psikolog olan Dr. Helen Wambach, 1960'larda bu alanda geniş kapsamlı bilimsel bir araştırma yürüttü. Deneylerine, reenkarnasyon teorisini çürütme niyetiyle başladı, ancak sonuçları tam tersini gösteriyordu: geçmiş yaşam regresyonları sırasında hatırlanan ayrıntıların çok büyük bir bölümünün, tarihsel veri ve kayıtlarla tutarlı olduklarını fark etti. Bulgularını *Life Before Life* ve *Reliving Past Lives* gibi kitaplarında yayımladıktan sonra, eski skeptik şunu söyledi: "Reenkarnasyona inanmıyorum biliyorum."

Geçmiş ve mevcut yaşam rahatsızlıklarımız, klostrofobi ve insomnia gibi hafif semptomlardan şiddetli depresyon ve intihar düşüncelerine kadar çeşitlilik gösteren engin bir yelpazedir. Bir sonraki hikâye, bu yelpazenin bir ucu hakkında sık sık gündeme gelen bir soruyu ortaya koymaktadır: Kendi canınızı almanın neticeleri nelerdir?

• İNTİHARI ANLAMAK •

Pek çok yaşamımda intihar ettim ve bu hayatımda, karmadan bekleneceği gibi, bir kardeşimi intiharla kaybettim. Ayrıca bir terapi uzmanı olmadan önce pek çok arkadaşımı intihar yolundan "döndürdüm" ve pek çok intihara meyilli hastayla çalıştım.

~ Gregg Unterberger

Her ne kadar başlardaki bir bölümde kısaca intihara değinmiş olsam da Gregg'in hikâyelerinden birinin bu bölümüne yer verdim, çünkü bu alıntı pek çok ilave noktaya değinmektedir. Gregg bir dizi enkarnasyonda kendi canını aldı. Sonunda, dersleri erkenden terk etmenin onun bu dünya okulundaki eğitimine fayda sağlamadığını anladı. Önemli bir ders öğrenmişti. Ama o ömürlerde kararlarının sevdikleri insanları nasıl etkilediğini gerçekten anlamak ve hissetmek için, bunu birinci elden, kendi kardeşinin ölümüyle tecrübe etmek zorundaydı. Şimdi o, bu eylemin alıcı tarafındaydı. Kardeşinin zamansız ölümü, geçmişte kendi hayatını sonlandırdığı için karmik bir ceza değildi ve her ne kadar kuşkusuz zor ve ıstıraplı bir olay olsa da bu Gregg'in intiharın etkisini ve yansımalarını anlamasına yardımcı olan yeni bir perspektif sundu. Her iki taraftan da ders alan Gregg, sonunda bu bilgiyi entegre edecek ve başkalarına yardımcı olarak kullanıma koyacak bir pozisyona ulaşmıştı.

Ruha asla zarar veremezsiniz. Başarılı bir intiharın ardından bilinciniz diğer tarafta uyanır ve bir bütün olduğunu, bu dünya düzlemine dönmek zorunda olduğunu ve kaçmaya çalıştığı aynı derslerle yüzleşmek ve o derslerde uzmanlaşmak zorunda olduğunu öğrenir. "Öyleyse bu çözüm değildi," der. "Kalmalıydım; başka tercihler yapmalıydım." Çoğu zaman en başında kararı hızlandırmış olabilecek benzer koşullarla karşılaşmak ve fiziksel bedene, ruhumuzu gelişmek ve büyümek için pek çok fırsat sunan o muazzam armağana zarar vermeden baş etmenin başka bir yolunu bulmak zorunda kalacaktır. Dersler öğrenilmelidir, kaç ömür gerekirse gereksin.

Gregg bu dersleri öğrendi ve çaresizlik içinde olanlar için bir can yeleği oldu. İntiharı düşünen insanlara yardımcı olmak için özel bir içgörü ve empati geliştirdi ve onlar da Gregg'i dinlemekle akıllılık ettiler.

İntiharın bazı türleri diğerlerinden daha az netice doğurur. Çünkü zorlu, kalıcı ve hayatını engelleyen bir ıstırabı olan doksan yaşında bir insanın hayatını sonlandırması ya da şiddetli bir akıl hastalığına yakalanmış bir insanın bunu yapması (bu karardan sorumlu olan hastalığın kendisi olabilir), bir tür finansal skandala karışmış kırk yaşında bir adamın intihar etmesiyle karmik anlamda aynı şey değildir. Ancak kendi canını alan insanlar ve genç ölen çocuklar arasında ortak bir nokta olduğunu gördüm: Onların ruhları dünyaya çok daha çabuk döner, çünkü hâlâ öğrenilmesi gereken bolca ders vardır.

Ben fiziksel yaşamlarımızın son anlarına kadar öğrendiğimize inanırım. Bu sebeple intihar asla ruhumuzun planının bir parçası değildir. Yaşamlarımız her zaman bize öğretecek daha fazla şeye sahiptir. Bu dünya okulundaki öğrenciler olarak, bazılarımız birinci sınıfta, bazılarımız altıncı sınıfta ya da bazılarımız lisede olabiliriz, ama eninde sonunda, yeterli eğitimle hepimiz mezun olacak ve bu okulu geride bırakacağız. Ve sonra spiritüel ilerlememize devam ettiğimiz diğer okullar, daha yüksek boyutlar ya da seviyeler vardır. Ama hepimiz mezun olana dek hiçbirimiz olmayız, çünkü hepimiz biriz. Başka insanların, hayvanların ya da duyarlı varlıkların gelişmesine yardımcı olmak için gönüllü olarak geri dönebiliriz. Ya da fiziksel bedenlerde enkarne olmasak bile diğer taraftan yardımcı olabiliriz ve milyonlarca yıldır bağlı olduğumuz diğer ruhlara yardımcı olmak için çalışmaya devam edebiliriz.

Sınıflarınızı tamamlamanın kaç bin yıl süreceğini dert etmeyin. Daha şefkatli, daha sevgi dolu, daha az bencil, şiddetten daha uzak bir insan olma yolunda ilerliyorsanız doğru yönde ilerliyorsunuz demektir. Yön süratten çok daha önemlidir. Bunun sizin ilk veya son ömrünüz olması ya da daha yaşamanız gereken pek çok ömrünüz olması hiçbir şeyi değiştirmez.

Yalnızca netice önemlidir.

Elbette bedene zarar verme ya da bedeni öldürme eylemi kişinin kendisiyle sınırlı değildir. Tarih, birbirimizi inciterek nasıl cehalet, nefret ve şiddet uyguladığımızın örnekleriyle doludur. Ama onlar, ders alabileceğimiz önemli bir mirastır ve bu dersler, sıradaki hikâyenin de gösterdiği gibi, paha biçilmezdir.

• DOĞU TİYATROSU •

Atölye çalışmanıza ilk kez doksanların sonunda Yahudi Kitap Fuarı'nda katılmıştım ve yıllar sonra St. Louis'de bir kez daha katıldım. Çocukluğumdan beri, farklı dönemlerden tarih gibi görünen "resimler" görüyordum. Okuldaki tarih derslerinden ya da izlediğim filmlerden bazen çok dramatik bir biçimde tasvir edilen olayları sanki oradaymışım gibi görüyor, duyuyor, etrafımdaki şeyleri hissediyor ve yaşıyordum. Özellikle bir geçmiş yaşam deneyimi, II. Dünya Savaşı'nda Doğu Tiyatrosu'nda trajik bir şekilde son buldu ve benim için yıllarca rahatsız edici bir anı olarak kaldı.

Bu hikâyeye, her ne kadar Yahudi olarak yetiştirilmemiş olsam da kökenimde Avrupalı, Kızılderili ve Yahudi olduğumu belirterek başlamak istiyorum. Yahudilik konusunda bildiklerim yok denecek kadar azdı. Doksanların ortalarında, kaçınılmaz bir şekilde Yahudiliğe çekilmeye, kendimi bir Yahudi topluluğu içinde bulmaya ve bir sinagoga katılmaya başladım. Ayrıca bir Yahudi Üniversitesi tarafından verilen Yahudi çalışmalarında iki yıllık bir kursa katıldım ve İbranice öğrenmeye başladım. O dönemde bir terapi uzmanıyla görüştüm ve anı gibi görünen bu şeyler hakkında daha çok bilgi sahibi olmak için hipnoz edilmek istediğimi söyledim.

O noktadan itibaren, hatırladığım şeylerin resimlerini çizmeye başladım. Her anıdaki yaşıma bakarak bunların bir hikâyenin, sıraya konabilecek parçaları olduğunu fark ettim. Ne kadar zor olsa da daha fazlasını hatırlamak ve hatırladıklarımın ayrıntılarını yazmak için kendime fırsat verdim. Bu benim hikâyemdir.

O yaşamda, 1920'lerin sonlarında Doğu Avrupa'da, Prag yakınlarında, iyi insanlardan oluşan ilginç bir ailede doğdum. Benden neredeyse iki yaş büyük bir ağabeyim ve üç yaş büyük bir ablam vardı. Annemin ailesi Polonya'nın hükümdar ailesiyle akrabaydı; babam ise şimdi İsrail olan Yahudi direnişinde görevli bir ajandı. İkisi de Avrupa'ya barışı getirmek için olayları takip etmeye çalıştığından, hayatımızda doğal bir atraksiyon vardı. Sanırım o dönemlerde farklı inançlardan insanların evlenmemesi gerektiğini söyleyebilirsiniz. Ama babamın anlattığı kadarıyla o müstakbel geliniyle ilgili niyetini anlattığında Yahudi olan büyükbabam gülümsemiş ve iç geçirmişti. Avrupa'da, genelde tarihin yazıldığı istikrarsız şehirlerde seyahat ediyorduk ve bu resimde babam mutfak araç gereçleri satan bir seyyar satıcıydı. Ama ben hep tencere tava yerine yalnızca içi daktiloyla yazılmış belgelerle dolu deri bir evrak çantası gördüm.

Yine o hayatta, yaklaşık iki yaşlarında bir kız olarak güney Polonya'da bir çiftlik evini ziyaret ettim. Bu evin kuzeydeki bir vadiye bakan güzel bir manzarası vardı. Yerdeki bir halının üzerinde uykumdan uyandım ve bir bebeğin boğuk hıçkırıklarını duyup pencereye gittim ve bir odun kutusunun üzerine tırmandım. Annemle küçük kuzenimin örümcek ağı gibi kıvrılan bir çamaşır ipinin üzerinde çamaşırları topladıklarını gördüm. Dar açıklığın kenarında kavak ve çam ağaçlarının hışırdayan yapraklarını duyabiliyordum. Çamaşır sepetinin çamaşırlarla

dolup taştığını gördüm ve bebeğin sepetin içinde olabileceğini düşündüm. Seslenmeye çalıştım, ama rüzgâr nefesimi kesti. Vadiye baktığımda yanlış yönden gelen karanlık bulutları gördüm. Havada, iyi olmayan, belirsiz, derin bir korku vardı. (Ben neşe, korku, öfke, vs. gibi duyguların havada moleküler anlamda var olduğunu ve tehlike ya da emniyet duygularının bilincinde olan küçük çocukların bunları hissedebildiğini düşünüyorum.)

1930'ların başlarında, Orta Avrupa yakınlarındaki bir şehirde yaşayan büyükannemle büyükbabamı ziyarete gittiğimde, korkunç bir kış geçiyordu. Büyükbabamı çok seviyordum. O çok bilge ve şefkatli bir adamdı ve pek çok farklı lisan biliyordu. Buzlu, karlı bir caddeden geçiyorduk ve ben bir meyve ağacı gördüm. Aşağı yukarı üç yaşlarındaydım ve soğuk yolda ilerlerken ona ağacın yaşayıp yaşayamayacağını sordum. Yüksek, soğuk bir şehirde ağaç çok yersiz görünüyordu. Büyükbabam, "Tanrı isterse," dedi. O anda sert bir rüzgâr esti ve içimi bir korku sardı.

Büyükbabamlar için zor zamanlardı. Ne zaman ziyaretlerine gitsek annem onlara yemek taşırdı; tabii kız kardeşinin çiftliğinden bulabildiği ne varsa. Bir keresinde, oraya "kazara" büyükannem için şık bir Rus şalı bıraktı. Büyükannemin adı Lisa'ydı, ama bir keresinde ziyarete gittiğimizde, büyükbabamın ona yumuşak ve sevgi dolu bir sesle, "Leah, saçlarını açık bırak," dediğini duydum.

Uzun bir süre, annem üç çocuğunu trene bindirdi ve iş için Avrupa'da farklı şehirlerde yaşayan babamı ziyarete götürdü. Babam her zaman annemi gördüğüne sevinirdi. Bir keresinde Kuzeybatı Avrupa'da belki Berlin'de iriyarı bir işadamıyla buluştuk. Bakıcımız olmadığından, ben de uslu durduğum sürece babamla gidebiliyordum ve ağabeyimle atıştığım zamanlar dışında, çoğunlukla uslu bir çocuktum. Ablamı ve

ağabeyimi çok seviyordum. Peter'ın adını kasıtlı olarak baba anlamına gelen Pater diye söylerdim, çünkü o hep babamızı taklit etmeye çalışırdı. Annem dışında hepimizin farklı isimleri vardı. Yahudi olduğumuzu bu şekilde saklardık. Ben Anna Shoshanna'ydım ve Anna Rose ismini kullanıyordum. Bazen adımı "Anna ş-Anna" diye söylerdim.

Hayatımın bir bölümü, Prag yakınlarındaki bir evde, çoğu zaman annemin ailesinin yanında geçti. Arabaların geriye doğru açılan kapılarını ve egzoz dumanlarının kokusunu hatırlıyorum. Bir keresinde çiftlikte, yolda gıdaklayan renkli tavuklardan başımı kaldırdığımda, içinde, iş kıyafetleri giymiş yaşlıca bir adam bulunan güzel, büyük bir atın yaklaştığını gördüm. Bunlar güzel zamanlardı. Yeniyle eskinin, atların çektiği arabalarla modern arabaların bir arada olduğu günlerdi. Kıyafetler güzeldi. İnsanlar I. Dünya Savaşı'nın yaralarını sarmaya başlamıştı.

Ama akşamları akrabalarım bir araya toplanır ve radyodaki duyuruları dinlerlerdi. Bunlar rahatsız dinleyişlerdi; kimse konuşmazdı. Bir kısmı oturur, bir kısmı öne yaslanır, kollarını göğsünde birleştirirdi. En sevdiğim teyzemin üzerinde güzel, çiçek baskılı bir elbise vardı. Duyuruların bir kısmını, diğer zamanlarda çalan güzel müzikleri ve programlar sona erdiğindeki parazitli sesleri hatırlıyorum.

O yıllarda, sekiz yaşlarımdayken Amsterdam'da bir okula başladım. Ama bir gün apar topar Amsterdam'dan ayrıldık ve önce aysız bir gecede küçük hortumlar kullanarak bir kanalın kıyısından ilerledik, ardından motorlu bir tekneyle kaçtık. Bir tentenin altında uyuyakaldım ve iskeleye yanaştığımızı hatırlamıyorum. Bir yerde, annem genç bir askere yaklaştı ve yoldan benimle birlikte seyahat edip edemeyeceğini sordu. Asker, "Hayır, madam," dedi. Annem ne zaman gidebileceğimizi

sordu; asker, "Akşamüzeri saat 16.30 civarında," diye yanıtladı. Sanırım genç asker önemli ve bilgili görünmek istemişti. Annem konvoylar, büyüklükleri ve zamanlama konusundaki bilgileri bu şekilde aldı. Ama rüzgâr askerin paltosunu yana savurdu ve pantolonunda bir şişkinlik vardı, böylece annem babamsız seyahat edemeyeceğini öğrendi. Babam da aynı fikirdeydi, özellikle de duyduğu diğer şeyler yüzünden.

Bazen, huzurlu bir normallik vardı. Bir keresinde ailece kuzeydoğu Polonya'da bir yere sığındık. Burası, ağaçların bittiği ve hat boyunca çalıların ve taş mantarlarının yetiştiği bir yerdi. O alanda, gri granit taşlardan yapılma küçük, daire şeklinde bir ev gördüm. Bu evin bir kapısı, küçük bir penceresi ve bir gözetleme deliği vardı. Babam, bunun Normandiyalı işgalcilerden kalan bir yer olduğunu söyledi. Hava güzeldi ve orada kaldık. Geceden ve sabah çiyinden korunmak için kazık ve dallardan çatı yaptık. Bir sabah erkenden uyandım ve soğuk göle gittim. Eski ahşap bir iskele vardı ve iskeleye adım attığım anda, beyaz lekeleri olan bir baykuş şaşkına döndü ve hemen önümde kısa bir süre havada asılı durdu. Baykuş bana, üstü açık motorlu arabasıyla önümüzden geçen ve herkese el sallayan Adolf Hitler'i anımsattı. Ben de oradaydım, kalabalığın hemen kenarında ama her şeyi görecek kadar yüksekteydim. Bir başka zaman, Bay Hitler'in konvoyunu durdurup bir buket kırmızı gül verdiği küçük sarışın kızdım. O küçük, kıvırcık sarı saçlı kızın yarı Yahudi olduğunu bilseydi neler hissederdi, diye merak ettim.

Dört yaşlarımdayken yaşanan bir başka olay vardı; son dakikada şık giysilerini giymiş ailem, dans edip bir orkestrayı dinleyebilecekleri hoş bir restorana gitmeye karar verdiler. Ama bakıcı yoktu! Dolayısıyla ben de gitmek zorundaydım. Restoranda, yüksek platformun yanında, Bay Hitler'in etrafın-

da Alman misafirleriyle oturduğu bir masanın yakınlarındaydık. Tuhaf bir şekilde alkış tutuyordu. Avuçları parmaklarına yakındı ve alkış tutan elleri değil, parmaklarıydı. Terliyor, tükürükler saçıyor, gülüyor, belli ki iyi zaman geçiriyordu. Onu sevmedim. Kaba bir adama benziyordu.

Huzurlu bir sabah, genç bir adam bir postacı bisikletiyle bir mektup getirdiğinde karanlık bir işaret aldık. Kapıyı ağabeyim açtı, genç adama biraz bahşiş verdi ve mektubu ev elbisesiyle oturan anneme getirdi. Annem masaya oturdu ve mektubu açtı, ama bir aksilik var gibiydi. Mektup, Yahudi büyükbabamın bir arkadaşından geliyordu. Büyükbabam dama oynamaya gelmediği için onu aramaya gittiğini yazmıştı. Büyükbabamın sözünü esirgemeyen bir adam olduğunu, Hitler'in Avusturya ilhakına karşı yazılar yazdığını ve büyükannemin Naziler geldiğinde sorgu için bir kamyonla götürüldüğünü biliyordu. Eve gittiğinde, büyükbabamın kendini asarak intihar ettiğini görmüş; sonra eve gelen diğer insanlarla birlikte ipi kesip onu indirmişti. Annem o mektubu okuduktan sonra, bir daha asla eskisi gibi olmadı. Bu gerçek bir intihar mıydı, yoksa intihar süsü mü verilmişti, bilmiyorum.

Hatırladığım diğer şeylerden biri, babamın Kuzey Polonya'da bir *altenhaus*'ta, yani bir pansiyonda iş bulduğuydu. Aşçı ve garson olarak işe girmişti ve ailece yemeklerin servisine yardımcı oluyorduk. Devlet görevlilerinin akşam yemeklerini hazırlıyorduk. Babam bana şöyle söyledi: "Birinin bardağı boşaldığında ya da bir şey istediğinde, sen git getir." Öfkeleniyor ve bunların kötü, tehlikeli adamlar olduklarını seziyordum; bir keresinde bir öfke krizi geçirdim ve babam beni azarladı. "Kalkıp kendileri alsınlar!" diye bağırdım. Babam bana doğru eğildi ve sert bir sesle kulağıma fısıldadı: "Hepimizi öldürtmek mi istiyorsun?" Ben de bu olaydan

sonra konuklara gerektiği gibi hizmet ettim.

Mutfağın arka basamaklarından indiğimde yerde kar vardı. Binanın yan tarafından boğuk sesler gelmişti. Gürültülerin kaynağını görmek için o tarafa gittim. İki genç asker karlara gömülmüş kardeşimi acımasızca tekmeliyordu. Üçüncü bir asker ise duvara yaslanmış sigara içiyordu. Ağabeyimin kaburgalarına, sırtına ve yüzüne tekmeler attılar. Ağabeyim kendini savunmuyordu. Kar kana bulandı; ben dehşetle kaçarken ahşap basamaklardan düştüm ve sağ omzumu incittim. Ondan sonra omzum hep acıdı, kolum bir şekilde sakatlandı ve sürekli ıstırabım olduğundan, ne zaman yorgun olsam bir öksürük baş gösterdi.

Bir süre sonra *altenhaus*'ta çalışmayı bıraktık. Babam ailesini bir arada tutmaya çalışırken her ikisi de savaşa destek olmak için didiniyordu. Ama Almanya, pek çok insanın direnişine rağmen Polonya'yı ele geçirdi. Bir kontrol noktası kasabasına gittik ve gezginler için yapılan geçici, baraka tipindeki bir evde kaldık. Komutan, olaylara yakından, dikkatli bir şekilde bakmayan iyi niyetli bir albaydı. Hızla gelişen olaylar karşısında çaresizdi.

Bir gece oradan ayrıldık, tarlaların arasından ilerledik ve el ele bir nehrin kenarından yürüdük. Su benim için fazla soğuktu. Bir adam beni kucağına almayı teklif etti. Ben hem ısınmak hem de yürümemek için onun sırtına tırmandığımda, o benim çocuk kollarımı önünde birleştirip diğer eliyle dikkatli bir şekilde sakladı. Yolun kenarından asker sesleri geldi. Olduğumuz yerde kalakaldık; köpeklerin havlayıp uluduğunu duyabiliyorduk. Ama askerler köpeklerin bir rakun ya da benzer bir hayvana tepki verdiğini düşünüp ilerlemeye devam ettiler; büyük olasılıkla karanlıkta ormana girmek istememişlerdi.

Güvenli olduğu zamanlarda yürümeye devam ettik. Dağ-

ların ve gürül gürül akan nehirlerin arasından monoton bir klak-klak sesiyle ileri geri sallanan bir kağnının içinde Kuzeydoğu Polonya ya da Batı Rusya'ya ulaştık. Ailece, bir nehrin kenarında, bir tesisin inşa edildiği bir yerde çalışmaya başladık. Kar ağır ağır yağmaya başladığında bir nakliye kamyonetine bindirildik. Her kamyonet bir önceki kamyonetin lastik izlerinin bulunduğu çukurlarda ilerliyordu. Her zaman gürültülü bir motor sesi vardı ve biz de kuzey kışına yakalanmamak için o motorun çalışmaya devam etmesini umuyorduk.

Vardığımızda, erkekler ve kadınlar ayrı barakalara yerleştirildiler. Bizimkinin bir ucunda bir soba ve sokak kapısının yanında tuvalet için bir kova vardı. Bir gün, buzlar çözülürken o sırada on beş yaşlarında olan ablam eve darmadağın olmuş bir halde geldi. Ona bir askerin karavanını temizleme görevi verilmişti. Annem ve babam bu zamana kadar hep uyumluydu, ama bu kez Avrupa'da herhangi bir yerde kalmak, hatta davaları için savaşmak konusunda açıkça tartıştılar. Sonuçta oradan tren yoluyla ayrılmayı denemeye karar verdiler. Güneye, sonra doğu Rusya'ya ya da Çin'e gidecektik. Hepimiz en iyi giysilerimizi giydik, elimizde yalnızca küçük bir piknik çantasıyla tren istasyonuna gittik. Ağabeyim, *altenhaus*'ta yediği dayaktan sonra yüzünde kalan yara izini kapatmak için şapka takmak zorunda kalmıştı. Onun için üzüldüm ve böyle bir şey yaşamamış olmasını diledim. Beşimiz bir tatil için en güzel kıyafetlerimizle hazırdık.

Yine bir asker olan tren görevlisini gördüğümde, dudakları incelmiş, neredeyse bir tebessüm olmuştu, gözleri karanlıktı. Ona güvenmedim, ama onun bizim son umudumuz olduğunu biliyordum. Yalnızca büyükbaş hayvanların taşındığı bir vagonda yer vardı ve içi saman doluydu. O tanıdık mavi-yeşil dağları tekrar gördüğümü hatırlıyorum. Trenin ileri geri sal-

lanması, klak-klas sesleriyle birlikte, telkin ediciydi. Akşama doğru uyuyakaldım ve trenin durup tekrar yola koyulduğunun, bağlanıp ayrılan vagonların farkında değildim. Ama içimde kötü bir his vardı. Uyandığımda, vagonda bizimle birlikte başka bir sürü insan olduğunu gördüm. Hepsi boş gözlerle etrafa bakıyordu. Güneş, vagonun ters tarafından içeri süzülüyordu. İhanete uğramıştık.

Güneye ve sonra doğuya gitmek yerine, güneye, daha çok güneye, sonra kuzeye ve tutukluların kampına doğru daha çok kuzeye gitmiştik. Vagondan indiğimizde, tren raylarının yanında hendekler vardı ve biz o hendeklerin yanından bir askere doğru yürüdük. Zaman zaman elleriyle insanlara yol gösterdi, ama çoğunlukla kimin nereye gideceği konusunda kararlıydı. Ablam, diğer genç kızlarla birlikte oradan ayrılan bir vagona bindirilmek üzere başka bir hendeğe yönlendirildi. Babam ve ağabeyim, dikenli tellerle çevrilmiş açık, çorak bir araziye doğru götürüldüler. Annemle ben başka yöne gittik. Babamı, ablamı ya da ağabeyimi bir daha hiç görmedim.

Annem ve ben, başka kadınlarla birlikte bir koğuşa götürüldük. Sivil kıyafetler giymiştik. Dövme gibi bir şey hatırlamıyorum. Ama bir gün, uzun boylu, şişman bir askerin içeri girdiğini ve kadınlara, anneme işaret ettiğini hatırlıyorum. Orada, hepimizin önünde, annem yere yüzüstü uzanmak zorunda kaldı ve asker üzerine çıktı. Paltosunu bile çıkarmamıştı. Ben on üç yaşındaydım ve kızgınlığım hiddete dönüşürken yüzümün kızardığını hissedebiliyordum. Annem o domuzla yatmayı asla istemezdi! Adamın üzerine atlayıp ona tekmeler savurabilirdim, ama annem elini hafifçe kaldırdı ve bana durmamı işaret etti.

Zaman geçtikçe bunları hatırlamak giderek zorlaşıyor. Mahzen gibi bir odada, üzerimde kıyafetlerim olmadan duru-

yordum. Soğuktu, ama soğuğa alışmaya başlamıştım. Bana yemek ya da su verilmiyordu. Bazen kapıdaki küçük bir pencere aniden açılıyordu; bir kadın bana bakıyor ve pencereyi tekrar hızla kapatıyordu. Borular boyanmıştı, hepsi beyaz ya da sarı renkteydi. Tavanda yanıp sönen tek bir ampul vardı. Sanırım renk görme becerimi kaybetmiştim. Yüksek bir pencerede, küçük çarpılar oluşturan demir parmaklıklar vardı. Her şeyi, özellikle de çok sevdiğim aileyi hatırlamaya çalıştım. Onları tekrar tekrar düşündüm. Orada ne kadar kaldım, bilmiyorum. Farkındalığımı yitirmiştim.

Sonra, paslanmaz çelikten yapılma bir masanın üzerindeydim. Beyaz laboratuvar önlükleri giymiş insanlar tarafından muayene ediliyordum. Ölmek üzereydim, gözlerimi güçlükle açık tutuyordum. Büyük bir ıstırap vardı, çok büyük. Sanırım karaciğerime ya da diğer organlarıma baktılar ve sonra beni tekrar kapattılar.

Sonra hatırladığım şey, annemle yine koğuşta olduğumdu. Başımı onun kucağına yaslamış, yatıyordum. İyi göremiyordum, ama etrafında başka kadınlar olduğunu fark ettim. Biri, bir arkadaşı, yanımızda durdu. Annem bana, "Ölmekten korkma," dedi. Ama ben yaşamak istedim. Annem ölümümü hızlandırmak için bana yiyecek ve su vermeyi reddetti. Arkadaşı onu teselli ediyordu.

Ertesi sabah, saat onu biraz geçe, üst üste yığılmış bedenlerin üzerinde uyandım. Sabah çiyiyle bir nebze ayılmıştım ve beni elle taciz eden pis adamın farkına vardım. O anda iki şey bilincime ulaştı: Biri, sevgi dolu bir ışığa doğru gökyüzündeki güzel bulutların arasında ilerliyordum ve aynı zamanda dünyada yakılıyor ve diğerlerinin külleriyle birlikte bir hendeğe atılıyordum. Bunun ardından, yalnızca tarifi imkânsız bir güzelliğin ve sevginin farkına vardım.

Bir süre sonra, dünyevi yaşama dönmek için iki girişimde bulundum; ilkinde anne karnındaki süreci tamamlayamadım ve diğerinde sağır doğdum ve daha beşikteyken öldüm. Sonunda, bu seferkine, o geçmiş yaşama dair bunca ayrıntı hatırlayabildiğim bu hayata doğduğumu hatırladım. Sanırım II. Dünya Savaşı'ndan sonra, Yahudi ruhların doğması için yeterli sayıda Yahudi evi kalmamıştı, bu yüzden Tanrı bizi olası en yakın evlere gönderdi; benim için bu, geçmiş yaşamları, özellikle II. Dünya Savaşı yaşamımı hatırlamak ve yavaş yavaş o trajik olayları kabullenmek için bir sebebimin olduğu bir evdi.

Reenkarne olmayı seçmemin sebebi, bir fark yaratmaya çalışmak ve sahip olacağım hayatı doyasıya yaşamaktı. Bu hayatta yoksullarla olan çalışmalarımdan dolayı bir vali ödülü ve iki toplum ödülüne layık görüldüm ve daha sayısız ödül ve takdir kazandım. Bu hayatta Yahudi topluluğunun bir parçası olmayı, resmi olarak Yahudi olmayı seçtiğimde, II. Dünya Savaşı anılarının o rahatsız edici duyguları son buldu. Ancak o zaman kendimi iyi hissettim, çünkü bu hayatta olmam gereken kişi olmuştum.

Geçmiş yaşamıma baktığımda, II. Dünya Savaşı dramının kilit olaylarına tanık olmuş olmam beni hayrete düşürüyor. Ve her ne kadar pek çok yerde aramış olsam da sık sık katılımcı ve tanık olarak önemli, fotoğraflarla belgelenen olayların yaşandığı yerlerde olmamıza rağmen, neden bir türlü aileme ait hiçbir fotoğrafa rastlamadığımı merak ederdim. Sonra bir gün televizyonda History Channel'ı izliyordum: *Gideon's Spies* adlı bir program vardı. Yakın zamanda Mossad tarafından basına verilen, II. Dünya Savaşı ajanlarının bulunduğu bir fotoğrafı gösterdi. Orada, arka planda duran adam benim babamdı. Bir ajan ve casustu. O âna kadar hiçbir fotoğraf bulamamamın sebebi buydu casus olduklarından annem

ve babam fotoğraflarının çekilmesine izin vermemişlerdi! Çoğunlukla kameraların arkasında kalmışlardı. Televizyon, Mossad'ın yalnızca aile bireylerinin tamamı ölmüş olan ajanların fotoğraflarını yayınladığını söylüyordu.

Sonunda tüm ailemin ölmüş olduğunu duyduğumda hayatıma kaldığım yerden devam edebildim. Bir kez daha geçmişin bağlarından sıyrılıp özgür kaldığımı hissettim. Bu hayatta uzun süre, bir şeyleri ablamın gözünden göreceğimi düşündüm. II. Dünya Savaşı'ndan sonra ablam Avrupa'ya gitmiş ve bir süre Paris'te kalmıştı. Sonra, bir sene, ona dair hislerim son buldu. Mossad'ın yayınladığı fotoğrafı gördükten sonra, ikinci bir rahatlama oldu. Çünkü bu kez tanıdığım ve sevdiğim tüm insanların ölmüş olduğunu fark ettim ve hayatıma devam ettim.

Şimdi pek çok sebepten ötürü farklı yaşamlar hatırlamaya devam ediyorum farklı şeyler öğrenmek için, bilgelik ve anlayış kazanmak için, ama en çok da Tanrı'yı ve sevgiyi bilmek için. Bir insan sevmenin ve sevilmenin farkında olduğu takdirde, en kötü şeyleri aşabilir ve iyileşebilir. Ben güzelliği, sevgi dolu şefkati ve sevgiyi saklıyorum. Onlar sonsuza dek sürüyor.

~ Kaaran Bowden

Kaaran'ın güzel ve dokunaklı hikâyesi, nefretin dehşetini ve sevginin umudunu gözler önüne seriyor. Bu gezegene barış getirme süreci cesaret ve sabır gerektirecek. Cehaleti aşmak zordur. Ancak bu, aydınlanmış ruhun görevidir ve biz bu hedef doğrultusunda bolca yardım alacağız.

Önceki bir bölümde sözünü ettiğim gibi, fiziksel boyuttaki yaşam acı ve ıstırapla doludur. Bedenlerimizin ve sevdiklerimizin bedenlerinin bir gün kazayla, hastalıkla ya da başka bir sebeple son bulacağı gerçeğinden kaçamayız. Ama bazı

insanların cehalet ve şiddet eylemleriyle ortaya çıkan ek ıstırap önlenebilir. Daha çok insan yüksek doğalarının ve dünya üzerindeki ömürlerinin gerçek amaçlarının farkında vardıkça suçlar, savaşlar ve diğer zalim eylemler azalacak ve sonunda yok olacaktır. Bizler ruhumuzun evriminde, tüm önyargıları, tüm nefreti, tüm şiddeti ve tüm savaşları durdurmaya karar verebileceğimiz bir noktaya ulaştık. Kaaran gibi insanlar yaşamlarını bu amaç uğrunda hizmet etmeye adıyorlar. Hepimiz bunu yapmalıyız.

Spiritüel varlıklar merhametli yolu seçeceklerdir, şiddet içeren yolu değil.

.9.

Ebedi İlişkiler

Defalarca sevdiklerimizle birlikte geri gelir, sayısız ömürde yeniden buluşuruz. Her enkarnasyonda bedenlerimiz değişir, ama ruhlarımız aynıdır. Bir başkasını kendi ruh eşlerimizden biri olarak tanıdığımızda, aramızdaki ayrılık körfezi kaybolur. Teselli bulur, rahatlarız. Yalnızlık ve çaresizlik ortadan kalkar.

Bize sevgi almak ve vermek ve sabır, merhamet ve hayırseverlik göstermek için fırsatlar sunan ilişkilerimiz sayesinde öğreniriz. Bunlar aynı zamanda bize, bu ve diğer dersleri öğrenip öğrenmediğimize dair geribildirimler sağlayan sınavlardır. Birbirimize karşı sabırlı ve sevgi dolu muyuz, yoksa korkuyor ve hayal kırıklığına uğruyor muyuz? İlişkilerimiz yanıtlar sunar ve spiritüel büyümeye giden yolu işaret eder.

Sıradaki hikâyeler ilişkilerimizde var olan sayısız hazineyi gözler önüne sermekte ve bize gelişimimizi hızlandırmak için bu hazinelerden nasıl faydalanacağımızı göstermektedirler. Bu yolda yalnızca kendimizi ve sevdiklerimizi değil, dünya üzerindeki tüm ruhları iyileştiririz.

Bir ilişkide olduğunuz insanların ruhlarını görmek ve takdir etmek, daha yüksek bir farkındalık evresidir. Onların yalnızca dışa yansıyan karakteristik özelliklerini görmek kısıtlı ve eksik

bir perspektif sağlar. Mevcut kişilikleri, tıpkı mevcut fiziksel bedenleri gibi geçici bir oluşumdur. Onların pek çok bedeni ve pek çok kişiliği oldu, ama her zaman tek bir ruhları, süregelen tek bir spiritüel özleri vardı. Bu özü görün ve gerçek bireyi göreceksiniz.

Siz diğer tüm varlıklarla ilişki içindesiniz. İlişkiler, örneğin bir restorandaki bir garsonla, bir mağazadaki bir tezgâhtarla ya da trafikteki bir şoförle olacağı gibi kısa süreli olabilir. Bunların her biri pek çok ömür yaşadı ve pek çok karaktere sahip oldu. Her biri kendi mevcut bedeninde bebekliğini, çocukluğunu ve gençliğini yaşadı. Hepsi mevcut âna, sizi ilişkide oldukları âna tüm bu geçmiş yaşam ve mevcut yaşam unsurlarını taşıdı. Ruhlarının güzelliğini ve derinliğini, tüm geçmişini ve spiritüel tecrübelerini anlar ve takdir ederseniz onlarla olan ilişkileriniz çok daha anlamlı ve tatmin edici olacaktır. Ruhlarıyla ilişki kurmuş olacaksınız.

• DİKENLİ YOL •

2002 yılında Los Angeles'taki hafta sonu çalışmanızda yaşadığım bir dizi regresyon beni uzun zamandır mücadele ettiğim bir kalp ağrısının çözümüne götürdü. Hepsi aynı adamla, hepsi bana bu hayatta, "Hayatımda kimse için sana hissettiklerimi hissetmedim. Hayatımda başka kimseyle bu kadar rahat olmadım ve kimseye bu kadar çekilmedim. Ama ruh eşi olmamızın evleneceğimiz anlamına gelmediğini bilmen gerek, çünkü evlenmeyeceğiz," diyen adamla olmak üzere üç farklı tecrübe gördüm.

"Sen bir daha senin için dönmeyeceğimi anladığın sürece sorun değil," diye yanıtlamıştım. O sırada bunu neden söylediğimi bilmiyordum, ama ciddiydim.

O özel hafta sonu, birlikte geçirdiğimiz üç geçmişe gittim. Birinde, ikimiz de bir Druid'in öğrencisiydik ve evlendik. Ama Druid öldüğünde o evlilikten kaçtı. Diğerinde ben onun erkek kardeşiydim. Birlikte savaşa giderken ailemize, bana göz kulak olacağına dair söz verdi. Şehre girip düşman askerleri tarafından saldırıya uğradığımızda, beni, çok genç ve dehşete kapılmış bir çocuğu ortada bırakıp mücadeleden kaçtı. Boğazıma ve göğsüme saplanan oklarla ilk ölen bendim. Üçüncü yaşamımda yine bir Druid'in öğrencisiydim ve o bir savaşçıydı. Babamla birlikte savaşa gitti; ben de ağaçların sırlarını öğrenmek için ormana gittim. Geri döndüğümde kapılar yıkılmıştı, şehir kül olmuştu ve babamla sevgilimin arabaları surların dışındaydı. Tüm halkım ölmüştü. Ben arabalardaki atları aldım ve kendimi kurtarmak için bir sonraki şehre gittim.

Bunlar, onun aynı kalıbı tekrarladığını gördüğüm üç yaşamdı: Beni çok sevdi, ama her seferinde beni terk etti ve sözünü tutmadı. Bu hayatta da farklı olmadı ve ben son kez onun için döndüğümü biliyordum.

Son regresyonda, bahçemde bir çiçek tarhında oturuyordum ve onu elimi tutmaya ikna etmeye çalıştım. O elime baktı ve tutmaya yeltendi; tutmak istedi. Ama bunun yerine haykırdı ve dikenli çalıların arasından koşarak uzaklaştı. Her yanı kesilirken dikenli çalıları aşmak için elindeki tırpanı sallıyordu.

Rehberimle, başka bir yerden gelen bir varlıkla birlikte çiçek tarhında oturuyordum ve ona, ben sevgilime bir çıkış yolu sunmuşken onun neden dikenli çalılar arasından kaçmayı seçtiğini sordum. Bana şöyle dedi: "Sen yalnızca kendin için tercihler yapabilirsin. Başkalarının yollarını bulmalarına yardımcı olmayı teklif edebilirsin, ama yardımını kabul edip etmemek onların kararıdır. Önlerindeki yolu seçme tercihi onların olmalıdır. Korkuyorlarsa, o zaman diledikleri yoldan

gitmek için her şeyi yaparlar. Sen onların ve senin kaybın için yas tutmaktan başka hiçbir şey yapamazsın."

Gözlerimde yaşlarla başımı öne eğdim ve içimde bir kıvılcım gördüm. "Hamile miyim?" diye sordum ve rehberim, "Yalnızca burada, senin dünyanda değil," dedi. Bunun nasıl mümkün olabileceğini anlamadım, bunun üzerine rehberim açıkladı: "İçinde gördüğün şey doğmayı bekliyor, ama bu senin ve bir erkeğin bebeği değil; yolundan dönmediğin takdirde olabileceğin sendir. Bu doğmayı bekleyen sensin. O çocuğu kucaklamak ve yeşerip büyüdüğünü görebilir ya da dikenlerin arasında ilerlemeye çalışarak onun ölmesine izin verebilirsin, tercih senin. Bu tercihi yalnızca sen yapabilirsin, tıpkı sevdiğinin kendi tercihini yapabileceği gibi."

Ben o çocuğun yeşerip büyümesine izin verdim. Ve her ne kadar seçtiğim yol zaman zaman dikenli çalıları keserek aşmaktan daha zor gibi görünse de doğru tercihi yaptığımı biliyorum. Hâlâ kayboluyorum, hâlâ unutuyorum ve düştüğümde hâlâ beni kaldıracak bir ele ihtiyacım oluyor, ama üzerimde bir zırhla dolaşıp kalbime kimseyi almamaktansa uzatılan o elleri tutmayı tercih ederim.

Brian, Carole ve katıldığım atölye çalışmaları ve profesyonel eğitim grupları sayesinde tanıştığım insanların pek çoğu bana yardım eli uzattı. Bu benim hayatımı zenginleştirdi ve umuyorum ben de bir şekilde onların hayatına dokunmuşumdur. Hepimiz bu hayatta birlikte ilerliyoruz.

~ Faith Susan

Faith cesaret yolunu seçti. Kader bizi karar noktalarına götürür, ama sonrasında bizler hangi yolu seçeceğimiz konusunda özgür kalırız. Onun sevgilisi onun kadar cesur ya da

bilge tercihler yapmadı.

Siz doğmadan önce, ruhunuz önünde uzanan hayat yörüngesini planlar. O hayattaki önemli insanlar kimler olacak ve ne zaman tanışacaksınız? Anne ve babanız olarak kimleri seçeceksiniz? Bir öğretmen mi olacaksınız, bir sanatçı mı? Yoksa başka bir rol mü üstleneceksiniz? Kader sizi bu belirli koşullara yerleştirir; belirli bir zamanda, belki belirli bir yerde belirli bir insanla karşılaşacağınızı garanti eder. Tanışmanız için ayarladığı insanlar, genellikle geçmiş bir yaşamda birlikte yaşadığınız insanlardır. Bu, birlik de karmadır. Onlar sizi daha yüce bir spiritüel büyümeye götüren ruh eşleriniz bile olabilir.

Onlarla tanıştıktan sonra özgür iradenizle hareket edersiniz: Kalacak mısınız? Gidecek misiniz? Dikenli yollardan mı geçeceksiniz, yoksa size yardım için uzatılan bir eli mi tutacaksınız? Onları sevmeyi, onlarla arkadaş olmayı, onlarla birlikte çalışmayı, onlarla evlenmeyi seçebilirsiniz. Ya da onların istediğiniz gibi görünmediklerini, sizden farklı bir dine sahip olduklarını ya da dünyanın yanlış yerinde yaşadıklarını söyleyerek onları geri çevirebilirsiniz. Bunlar sizin tercihlerinizdir ve bu şekilde öğrenirsiniz. Her şey, ruhun büyümesi için var olan büyük bir planın parçalarıdır.

Bu tip kararlar alma eylemi alternatif gelecekleri hayata geçirir: o insanlarla birlikte bir gelecek, o insanlar olmadan bir gelecek, vs. Kader ve iradenin birlikte etkileşim kurdukları ve işlerin ilginç bir hal aldığı yer burasıdır.

İleri ruhlar yolu işaret edebilir ve aydınlatabilirler, ama bizim yerimize karar veremezler. Sonuçta yol, bizim yapmamız gereken içsel bir yolculuktur. Faith'in son regresyonu, bilge tercihler yapmak konusunda bir metafordu. Onun spiritüel rehberi, sürece dair çarpıcı bir açıklama sundu. Faith'in hikâyesini okuduğumda aklıma, *Many Lives, Many Masters* kitabımda

anlattığım hastam Catherine aracılığıyla Ustaların bana sundukları mesajları anımsattı. Kendimiz öğrenmeli ve spiritüel basamakları kendimiz tırmanmalıyız. İnançlı olmalıyız.

• SAVAŞ ESİRİ •

"Biliyorum, geliyor," dedi soluk soluğa. Yüzünde bir dehşet ifadesi vardı. "Şimdi yaklaşıyor. Patlamalar duyabiliyorum." Çenesi kaskatı, nefes alıp verişi hızlı, yüzü gergindi. "Sorun şu ki hiçbir şey göremiyorum. Hendeklerin ötesini göremiyoruz." Sesi biraz daha gerildi. Dehşet artıyor, belli ki o da iyice kaygılanmaya başlıyordu. Bu tecrübe onu etkisi altına almadan hızla harekete geçmeliydim.

"Gel, daha önceki bir zamana, daha mutlu bir zamana dönelim," dedim usulca, "patlamalardan önceki bir zamana."

John derin bir nefes aldı ve sandalyeye gömülürken yüzündeki gerginlik hafifledi. Bedeni yirmi birinci yüzyılda, Austin, Teksas'taki psikometri ofisimde olsa da zihni derin bir sıra dışı bilinç evresinde ve farkındalığı yaklaşık yüz önce Bavyera'da bir yerdeydi ve önceki bir yaşamı deneyimliyordu.

Terapi uzmanı olmadan uzun zaman önce, reenkarnasyon kavramı beni büyülerdi. Çocukken hep başka bir hayatta kim olmuş olabileceğimi merak ederdim. Bir yetişkin olduğumda, *Many Lives, Many Masters* adlı çoksatan kitabı sayesinde Dr. Brian Weiss'ın çalışmalarını keşfettim. Direkt olarak Dr. Weiss'tan eğitim alarak onun diğer sözde spiritüel öğretmen ya da atölye çalışması liderlerinden farklı olduğunu gördüm. O, çalışmayı duygusallaştırmayı reddediyor, regresyon terapisinin sınırlarından konuşmaktan ya da insanlara, regresyonların bilimsel anlamda reenkarnasyonun var olduğuna dair bir

"kanıt" olmadığını hatırlatmaktan çekinmiyordu. Ancak o, regresyon terapisinin son derece iyileştirici olabileceği konusunda katıydı.

Bir insan neden bir geçmiş yaşam regresyonu istesin? Hastalarım için Ortaçağ'da bir köylü olduklarını anımsamak yeterli değildir. Regresyonun iyileştirici olması için yalnızca pek çok ömre yayılan olumsuz bir kalıbın ya da tekrarlanan bir sorunun kökenini anlamak yetmez, aynı zamanda netliğin tam anlamıyla içselleştirilebilmesi için duygusal bir arınma gereklidir.

Başarılı bir bilim insanı olarak, John reenkarnasyon reenkarnasyonu merak ediyordu, ama bana özellikle bir geçmiş yaşam regresyonu için gelmişti, çünkü başkalarıyla bağ kurmak konusunda güçlük çekiyordu. İnce saçları, kırlaşmış bıyıkları ve delici gözleriyle atmışlı yaşlarında bir adamdı. Eşi ona zaman zaman soğuk ve mesafeli olabildiğini söylemişti ve artık yetişkin olan çocuklarının her ikisi de ondan uzaklaşmıştı. John'un benimle olan ilk etkileşimi saygılı ve nazikti, ama mesafeliydi.

Bu adam hayatta müşterileri güleryüzle karşılayan bir tezgâhtar olamaz, diye düşündüm John nazik bir şekilde hipnoz olabileceğini sanmadığını söylediğinde. Aynı iddiada bulunan bireysel ve gruplar halinde binlerce insana regresyon terapisi yaptım. İnsanların iradeleri dışında hipnoz olabileceklerine inanmasam da insanların büyük bir çoğunluğunun, işini bilen bir klinik uzmanıyla yeterli zaman verildiği takdirde hipnoz olabildiğine inanırım. Regresyon müşterilerimin yüzde 90'ı, ilk girişimlerinde bir geçmiş yaşam anısına ulaşacak kadar derine iner.

Bunu aklımda tutarak ve ona sürekli dilediği an güvenli bir şekilde geri dönebileceğini hatırlatarak yavaş ve nazik adımlarla ilerledim. Talimatlarımı dinleyerek kademeli bir şekilde derinlere indi. Trans evresini başlattıktan otuz dakika sonra

John'a kronik duygusal soğukluğuna yol açan olaylara gitmesini önerdim. Bilinçaltı onu I. Dünya Savaş'ndaki bir deneyime yönlendirdi. John Alman Ordusu'nda, savaş cehenneminin ortasında bir erdi. Bu olayın kafa karıştırıcı ya da duygusal anlamda boğucu olabileceğini düşündüm ve mücadele deneyimini belirli bir perspektife oturtmasına yardımcı olmak için ondan daha eski bir zamana gitmesini istedim.

Bu kez John kendini o enkarnasyonun başlarında, ergenlik çağında bir genç olarak tarif etti. Yeşiller içindeki bir çiftlikte bir orta-sınıf ailede altı kardeşiyle birlikte büyüyordu. Helga adında çekici bir köylü kıza âşık oldu ve ona kur yapmak için kızın çiftliğine gittiğini gördü. "Gerçek şu ki, onu çok az tanıyorum. Onu kiliseden eve götürürken bir veya iki kez öpüştük." Yüzünde bir tebessüm belirdi. "Ama sanırım ben âşığım ve onunla evlenmek istiyorum. İyi bir aileden geliyor: Benim gibi çalışkan, dürüst insanlar." John "anavatanına" hizmet etmek için ve Helga'yla evlenmek için yeterli parayı biriktirmenin tek yolu olduğunu bildiğinden orduya gitmeye gönüllü oldu.

Enteresan bir şekilde, John acemi birliğindeki hayat hakkında mutlu hikâyeler anlattı. Diğer askerlerin ve çavuşunun dostluğu ruhunu ısıtmıştı. "Bazıları zekiydi, bazıları aptaldı, ama hepsi iyi adamlardı. Çoğu çiftçiydi, tıpkı benim gibi. Ve her gün bir kez sıcak yemek yerdik," dedi yüzünde hayret dolu bir tebessümle. Belli ki bu, umduğundan daha iyi bir muameleydi.

John bitmek bilmeyen yürüyüşlerle dolu hikâyeler anlatmayı sürdürdü: "Yorucu, ama o kadar da kötü değil. Önce bir ayak, sonra diğer ayak üzerinde dinlenebiliyorsun," dedi yüzündeki zoraki bir tebessümle. Belli ki bu dönemin esprilerinden biriydi. "Sorun şu ki asla oturup dinlenemiyorsun. Yürümeye devam etmek zorundasın. Zorundasın işte... hep..." Üzüntü-

sünü ve bitkinliğini saklamaya çalışarak güçlükle yutkundu. Yine aynı çetin askerdi. Ani bir kıkırdamayla bu yoğunluktan sıyrıldı: "Çocuklar dalga geçip duruyorlar ve biz yürümeye devam ediyoruz."

Benim talimatlarımla, John savaş için dayanılması güç bir bekleyişin başladığı hendeklere gitti. "Biliyoruz, geliyor," dedi, "ama ne zaman, bilmiyoruz. Günlerdir bekliyoruz."

Ona zamanı nasıl geçirdiğini sordum. "Şakalaşıp gülüyoruz," diye yanıtladı buruk bir tebessümle. "Ama asla evdeki ailelerimizden ya da sevdiğimiz kadınlardan konuşmuyoruz. Bu, fazla ıstıraplı, fazla kişisel olurdu. Bence çok fazla düşündüğümüz takdirde, gerçekten özlemekten korkuyoruz."

Bir anda John hareketlendi. "Şimdi başladı," dedi gözleri kapalı gözkapaklarının ardında titreyerek. "Başladı. Duman ve patlamalar var. Hiçbir şey göremiyorum." Nefes alışı hızlandı. "Ah Tanrım! Ah Tanrım, yalnızca karanlığa ateş ediyoruz, ne yaptığımızı bile bilmiyoruz ve... ve..." Sesi duygu yoğunluğuyla birlikte azaldı.

Ona, bunların anı olduğunu ve şimdi hipnoz altında yalnızca izleyerek fiziksel anlamda incinemeyeceğini hatırlattım. O benim ofisimde güvendeydi.

"Sorun yok," dedi. "Şimdi bitti. Hiçbir acı hissetmedim." Yüzünde anlaşılmaz bir ifadeyle uzun bir süre duraksadı. "Savaş meydanına bakıyorum. Bedenimi geride bırakmış olmalıyım. Her yerde cesetler var. Görebildiğim tek şey bacağım."

Aniden bu ifadeyle ne kastettiğini anladım. Tek görebildiği bacağı değildi; geride kalan tek şey bacağıydı. Hüznü belirginleştikçe kaşları çatıldı. "Çok üzücü. Bu adamlar iyi çocuklardı, çavuş iyiydi." John'un yüzü gerildi, nefes alıp verişi güçleşti. Gözünden bir yaş süzüldü. "Ama herkes iyiyse bu nasıl olabilir?" Sesi çatallaştı. "Bu nasıl olabilir?"

Dakikalarca sessizce oturdum ve onun duygusal anlamda arınmasına izin verdim. Bir süre sonra derin bir iç çekti.

"Uzakta, ufukta bir ışık var." John'u izledim; sanki yüzü parlak bir ışıkla yıkanmıştı. "Burası sessiz. Duman yok, patlama yok," dedi özlem dolu bir halde. "Sanırım güneş. Hayır, bekle." Şaşırmış görünüyordu. "Hayır, güneşten daha parlak. Şimdi tüm dumanlar dağılıyor."

"Işığa gittiğini gör," diye fısıldadım. Parlak, kutsal bir ışığın içinde süzüldüğünü fark ettiğinde John'un ifadesi yumuşadı, savaşın dehşeti kayboldu. Ebedi bir şeyle temas kuruyordu. Yüzüne nazik, huzurlu bir tebessüm yerleşti. Gözleri farklı gözyaşlarıyla nemlendi.

Ona o hayattan ne öğrendiğini sordum.

"O hayatta sadık ve çalışkan biriydim ve mevcut yaşamımda da öyleyim. Savaşın anlamsızlığını gördüm, ama aynı zamanda kaçınılmazlığını da öğrendim." Bu, mevcut yaşamında "bir fark yaratmak için" hayırseverlik işleriyle geçen yıllarından ve Vietnam Savaşı'na katılmak için üniversiteyi terk etmesinden sorumluydu. "Beni nasılsa alacaklardı," diyordu.

En önemlisi, John her iki yaşamında da duygularını nasıl bastırdığını ve başkalarının duygularından nasıl uzak durduğunu gördü. "Hissetmemeyi, asker arkadaşlarıma fazla kişisel sorular sormamayı öğrendim. Hendeklerde sormak kaba ve ıstıraplı bir hareketti, bu onları incitiyordu," dedi bir kez daha ağlamaya başlayarak. "Ama artık değil. Çocuklarıma ve eşime nasıl olduklarını sormak zorundayım!" Sesi pişmanlığa boğuldu. "Onlar asker değiller onlar insan ve bana duygularını anlatmak istiyorlar. ben de bilmek istiyorum... bilmek istiyorum... bilmek istiyorum."

John ağlarken elimi usulca omzuna koydum ve John'ın üç saatlik tek bir seansta geleneksel bir terapide aylar sürecek bir

şeyi başardığını fark ettim. Konuşmaktan kaçarak alışkanlığa dönüştürdüğü rahatsız edici duygularla baş etme yolunun, savaş zamanında asker arkadaşlarıyla yerinde olsa da ailesi söz konusu olduğunda yanlış olduğunu fark etti. Regresyonuna kadar, John duygularını konuşmaktan kaçınmak için farkında olmadan geçmiş bir yaşamın yansımasıyla hareket ediyordu.

Bir terapi uzmanı olarak geçmiş yaşam regresyonu terapisinin, tek bir seansta tüm yaşam sorunlarını dramatik bir biçimde çözen sihirli bir dokunuş olmadığının farkındayım. Yine de tüm ülkede atölye çalışmalarında binlerce insana regresyon terapisi yaparak travmatikten neşeliye her türlü geçmiş yaşam anısının muazzam bir iyileştirme potansiyeli olduğunu keşfettim. Bir kadın, kocasının bir başka yaşamda sevgilisi olduğunu ve şimdi onunla yeniden buluştuğunu öğreniyor ve bu farkındalık onun evliliğini canlandırıyor. Yarı zamanlı bir sanatçı, bir ressam olarak üstün bir beceriye sahip olduğu bir ömrü hatırladığında hayatını bu sanata adıyor. Otuz yıllık doktor fobisi olan bir adam, kabilesel bir dönemde bir şifacının onu iyileştirmeyi başaramadığını hatırladığında bu fobisinden kurtuluyor. Hepsi farklı tecrübelerdir. hepsi iyileştiricidir.

~ Gregg Unterberger

Gregg'in John'a geçmiş yaşamları ve derslerini hatırlama ve mevcut yaşamıyla olan bağlantılarını anlama fırsatı vermiş olmasından dolayı özellikle çok mutlu oldum. John ailesine ve arkadaşlarına asker arkadaşlarıymış gibi davranıyordu. Bu tip bir yaşam değerlendirmesinde, terapi uzmanı hastayı, hatırladığı yaşamdaki önemli temaları ve dersleri bulamaya ve anlamaya teşvik eder. Hasta o geçmiş yaşam anısında bedeninin ölümünü deneyimlediğinde, bilinci bedenin

üzerinde süzüldüğünün ve ışıkla dolu, dingin, spiritüel bir evreye girdiğinin farkına varır. Bu noktada terapi uzmanı, "O hayattan öğrendiğin dersler neler?" gibi sorular sorarak yaşam değerlendirmesi yapar. Bu dersler belirlendikten sonra terapi uzmanı, "Peki, bu derslerin mevcut yaşamınla olan bağlantıları nelerdir?" gibi bir soru sorabilir. Bu bağlantıların farkına varmak, genelde iyileşme sürecinin kilit unsurudur; iyileştirici olan yalnızca geçmiş yaşamı yeniden yaşamak değil, onu anlamak ve mevcut yaşamla arasında bağlantı kurmaktır.

Bir terapi uzmanı, genelde bir geçmiş yaşam regresyonu seansında hastasıyla bu tip bir yaşam değerlendirmesi yapar. Ama bir diğer yaşam değerlendirmesi, öldüğümüzde ve her hayatın sonunda bilincimiz fiziksel bedenden ayrıldığında hepimizin başına gelir. Bu kez bu değerlendirme bir terapi uzmanıyla değil, spiritüel rehberlerimiz ya da diğer bilge varlıkla yapılır. Bu, klinik bir yaşam değerlendirmesi değil, daha çok karmik bir değerlendirmedir. Bizler güzel ışıkla tazelendikçe, farkındalığımız fiziksel düzlemdeyken yaptığımız eylemlerin sonuçlarını değerlendirmeye yönelir. Zarar verdiğimiz insanları görür ve onların duygusal tepkilerini katbekat yoğun bir şekilde deneyimleriz. Benzer bir şekilde, yardım ettiğimiz ve sevdiğimiz insanların duygularını, yine katbekat güçlü bir şekilde hissederiz. Bu şekilde tüm ilişkilerimizi gözden geçirir ve sebep olduğumuz tüm öfkeyi, incinmişliği ve çaresizliği, sağladığımız tüm minneti, takdiri, sevgiyi ve umudu derinden yaşarız. Bu yaşam değerlendirmesi bir ceza ya da pişmanlık ruhuyla yapılmaz. Davranışımızın sonucunu gerçek anlamda anlayarak, sevgi dolu şefkatliliğin ve merhametin önemini öğreniriz.

Terapi uzmanı olarak az önce okuduğunuz hikâyedeki Gregg, yaşam değerlendirmesinin ilk örneğini sunmaktadır. Okumak üzere olduğunuz hikâyedeyse bir hasta olarak ikinci-

sini sunar. Ruhlarımız, burada ya da diğer tarafta, büyüme ve öğrenme için sonsuz fırsatla kutsanmıştır.

Pek çoğumuz, tıpkı John gibi, savaşlarda öldük. Doğar, bir başka savaşta ölür ve tekrar savaşıp tekrar ölmek için bir kez daha reenkarne oluruz. Bir noktada, burada olmamızın sebebinin öğrenmek ve sevmek olduğunu fark edeceğiz. Ne zaman bir başka insanı öldürsek kendimizden de bir parça öldürürüz. Şiddet eğilimli olmak, nefret etmek ve öldürmek yanlıştır. Bu dersten kalır ve tekrar okumak zorunda kalırız. Daha derin bir seviyede asla gerçekten öldürülmeyiz, çünkü bizler bilinciz, ruhuz. Ama bu fiziksel boyutta bedensel olarak ölürüz ve şiddeti durdurmamız gerekir. Gerçekte olduğumuz spiritüel varlıklar gibi davranmanın zamanı gelmiştir.

• BİR EMPATİ KEŞFİ •

Brian'la 1999 yılında Mount Madonna'da eğitim aldım. Gözetimi altındaki bir terapi uzmanı beni 1600'lü yıllarda Fransız bir rahip olduğum bir ömre götürürken ben sahnede mutlu bir deney faresiydim. O hayatta bazı mistik deneyimler yaşamıştım, ama başkalarının neler söyleyebileceğinden korkarak bunları örtbas ettim. Bir diğer rahiple (mevcut enkarnasyonumda ilk karımdı) bir ilişki kurmuştum ve gizlice Tanrı deneyimlerimden asla kimseyi cezalandırmayacak biri olarak söz ediyordum. Diğer rahip hemfikirdi, ama benimle birlikte "ortaya çıkmayı" reddediyordu. Yine de ben onun arkadaşlığından destek aldım ve manastırın başındaki Peder Francesco'ya anlattım. O beni kâfir olmakla suçladı, beni tarikattan attı, aforoz edilmemi sağladı ve kiliseden kovdu. Benimle arkadaş olan rahip sessiz kaldı ve çanlar yasla çalarken o kilisenin yanında durup benim

gidişimi izledi. (Bu kısmen, eski eşimin neden sürekli onu terk etmemden korktuğunu açıklayabilir.) Yıkılmıştım. Gözyaşları içinde, umutsuzca yakınlardaki bir tepeyi tırmanmaya başladım, çok üşüdüm ve sonunda karların içinde soğuktan donarak öldüm. Bu, bir fiilen intihardı.

İlginç bir şekilde o sahne seansının sonunda kısmi bir yaşam değerlendirmesine tanık oldum. Bana yapmış olabileceğim alternatif tercihler ve o tercihleri yapmış olsaydım hayatımın nasıl sona ereceği gösterildi. Francesco'ya daha sakin bir şekilde yaklaşabilir ve manastırda, Tanrı'nın merhamet ve sevgisine daha çok, Cehennem ve günahlara daha az odaklanan bir evrim yaratabilirdim. Bu yaklaşım kiliseye daha çok insan çeker ve genelde yoksulluğunun, günahlarından dolayı Tanrı'nın cezası olduğuna inanan pek çok yoksulu sakinleştirirdi.

Daha sonraki bir regresyonda, kasıtlı olarak Peder Francesco'nun yaşamını izledim. Hipnoz altında bir başkasının deneyimini yeniden yaşamaya yönlendirebilir miyim, diye merak ediyordum ve bir diğer öğrenci beni başarılı bir şekilde oraya yönlendirdi. Önce Francesco'nun bir çocuk olarak babasından ölesiye dayak yediğini gördüm ve sonra acıdan kıvranıp haykırırken onun duygusal çilesini yaşadım. Babası gerçekten de oğlunu ölesiye döverek acıyla içindeki şeytanları kaçırabileceğine inanıyordu. Eski düşmanım için yoğun bir merhamet duydum. Zavallı Francesco, anlaşılır bir şekilde, kendini günahkâr, yüce babayı ise öfkeli biri olarak görerek büyümüştü. Ona yapılanı başkalarına yapmıştı. Ruhlarımız buluştu ve Peder Francesco ne yaptığını bilmediğini söyleyerek benden özür dilerken ben de gözyaşları içinde onu bağışladım.

Peder Francesco mevcut reenkarnasyonumda benim danışmanım Frank olarak döndü ve bir terapi uzmanı olarak çok daha sağlıklı bir akıl hocasıydı; bense ona bu hayatta uzun

yıllar boyunca hevesli bir öğrenci olarak döndüm. Geçmiş yaşam ansından önce, Frank'le zıtlaştığım konulardan biri, bana yeterince duygusal destek vermediğini hissediyor olmamdı. O ise benim öğretilemez biri olduğumu söylerdi. İkimiz de haklıydık ve anıdan önce ben Frank'in koçluğuna daha açık bir öğrenci olurken o da benimle daha nazik ve merhametli bir koç oldu. O gerçek anlamda hayatımı değişirdi. Hatta eğitiminizi birlikte gerçekleştirdik.

~ Gregg Unterberger

Bu dünya okulunda öğrenecek pek çok ders vardır tek bir hayatta çok fazla ders. Merhamet, umut, inanç, şiddetten uzak olma, hoşgörü, hayırseverlik, empati, önyargılı olmama ve diğerleri, pek çok hayat gerektirebilir. Başkalarına olan borçlarımızı ödemek ve onlarla olan ilişkilerimizi onarmak için sayısız fırsat elde ederiz. Gregg ve akıl hocası her ikisini de yapmayı başarmıştı. Biz de en zorlu ilişkilerimizle bile benzer bir iyileşme sağlayabiliriz. Anlayış ve sabırla güçlendirilmiş sevgi ve bağışlayıcılık her şeyi onarabilir.

Sabır ve şefkat yolunu seçmek hepimiz olağanüstü nimetlerle ödüllendirir. Biz bu yolu bu sebepten ötürü seçmeyiz. Ödül yapmaktadır. Nimetler her şekilde gelir. Empati ve içgörüyle Gregg ve Frank yeniden buluşup büyüdü. İlişkileri daha yüksek bir spiritüel oktava ulaştı.

Farkındalık, daha bütün bir perspektiften görmek demektir. Gregg, Francesco'nun çocukluğunda nasıl korkunç dayaklara tahammül etmek zorunda kaldığını gördüğünde, bunun nasıl iyileşmeyle sonuçlanabildiğine net bir örnek sunar. Şimdi Gregg, Francesco'nun bir yetişkin olarak davranış ve değerleriyle bağ kurmayı başarır. Bu algıyla, Gregg kendi önyar-

gılarından kurtuldu ve Francesco'yu bağışladı. Ek bir fayda olarak, Gregg'in Frank'le olan ilişkisi, Francesco'nun mevcut enkarnasyonu derinleşti.

İlerleme terapisi konusunda okuduğunuz gibi, geleceğimiz değişmez değildir, zamanda ilerleyen sabit ve katı bir yol değildir. Bazılarının olma olasılığı diğerlerinden daha yüksek olan bir olasılıklar ve ihtimaller sistemidir. Bir potansiyel neticenin, olası bir geleceğin gerçekleşmesi daha muhtemeldir, ama kesinlikle garanti değildir. Gregg'in alternatif tercihler anlatımı bu fütüristik kavramları yansıtır. Eğer, 1600'lü yıllarda, daha nazik ve daha tartışmasız bir yaklaşım seçseydi hayatı son derece farklı olabilirdi. Gregg olarak yaşadığı mevcut enkarnasyonu dahil gelecek yaşamları da değişmiş ve gelişmiş olurdu. Frank'le olan ilişkisi daha güçlü ve sağlıklı bir düzeyde başlardı. En nihayetinde aldığı zaman önemsizdir, çünkü her zaman ilerleme kaydedilir. Ve ileriye yönelik her adımla, spiritüel yol daha da netleşir.

Cynthia'nın yine öğrenci-öğretmen ilişkisinin önemine değinen hikâyesi, sevginin zamansız doğasına dair bir diğer etkileyici örnektir.

• BİR RUH EŞİNİN DÖNÜŞÜ •

2010 yazında eğitim seminerlerinizden birinde bulunma fırsatı yakaladım. O sırada, o zamana kadar yayımlanmış tüm kitaplarınızı okumuştum ve yazılarınız neticesinde ulaştığım aynı inanç sisteminden olan insanlarla tecrübeler yaşamak istiyordum. Bu inanç sistemi hayatı, bize en fazla ders verebilecek olan insanlarla, sevdiklerimizle asla son bulmayacak bir evrim döngüsü olarak ele alıyordu.

Şimdi altmış bir yaşındayım, ama yirmili yaşlarımın son-

larında sık sık aynı rüyayı görmeye başladım. Bu rüyada, on dokuz yaşlarında bir kadın olarak Vezüv Dağı'ndaydım ve kültürel yasaklamalar nedeniyle ilişki kurmamın yasak olduğu bir adama âşıktım. Yer sarsılıp lavlar akmaya başladığında, suyun yakınlarında bir mağaraya sığındım. Aynı mağaraya bir adam geldi; bu benim sevdiğim adamdı. Tek kelime etmeden bana sarıldı ve yasak olsa da, onun da beni sevdiğini biliyordum. Rüya burada bitiyordu acı yoktu, ölüm deneyimi yoktu, yalnızca kalbimde hissettiğim sevginin karşılıklı olduğuna dair derin bir anlayış vardı.

Bu aynı rüyayı otuz yılı aşkın bir süre boyunca arada bir gördüm. Sizin çalışmalarınızla tanıştığımda, rüyanın duygusal yoğunluğu ve canlılığı, aynı zamanda sürekli tekrarlanan doğası, bunun benim ruh anım dahilinde gerçek bir yaşam deneyimi olabileceği farkındalığını ortaya çıkardı. Çalışmalarınızı okudukça mevcut hayatım için geçerli olan bazı verileri bir araya getirdim.

On dört yaşımdayken bir kilise okuluna gönderildim ve sesini bir gök gürültüsü gibi düşündüğüm bir adamın öğrencisi oldum. Onunla arkadaş olduk ve ben dört yıllık lise eğitimimim boyunca onun öğrencisiydim. Eğitimime devam ettim ve onunla irtibatı koparmadım. Başka bir adamla evlendim ve eski öğretmenim on iki yıl boyunca, sağlığı iyi olduğu sürece bizi ziyaret etti. Bu ziyaretler sırasında kocam, kızım ve ben onu ve arkadaşlarını ağırladık ve ona ve arkadaşlarına kalacakları bir ev sağladık. Bir ziyarette, kocamla birlikte kızımızın öğretmenimden tam tamına elli yıl sonra doğduğunu öğrendik.

Her zaman bu adama karşı mesafeli bir çekim vardı. Ama çok gençken bunu anlamamış ya da bu eski anıyla ne yapacağımı bilememiştim. Sizinle çalıştıktan ve diğer insanların hikâyelerine tanık olduktan sonra ona bu tecrübeyi anlattım

ve onu eski bir zamandan tanıdığıma inandığımı söyledim. Bu açılımımdan kısa süre bu adam çok hastalandı. Onun yardımına koştum, aile bireylerini çağırdım ve iyi bakıldığından emin oldum. Şimdi ilaçları onu dengede tutuyor ve o, yanında olduğum insanı takdir ediyor: Bir arkadaş, bir akıl hocası ve özel bir yandaş oldum. Şimdi ben öğretmen rolündeyim ve bir kez daha buluştuk. Zihnimde, bir kez daha birbirimizin mutluluğunu ve büyümesini desteklemek için burada olduğumuza dair hiçbir kuşku yok.

Aynı zamanda History Channel'ı izlerken, Vezüv'den ciddi anlamda etkilenen, Pompei'nin yakınlarındaki bir kasaba olan Herculaneum'da yaşadığımı keşfettim. Yakın zamanda, iskelelerin yakınlarında, güvende olacaklarını düşünerek oraya saklanan insanların cesetleri bulunmuştu. Gösterilen bölgenin haritalarına bakıp kalıntıları ve nerede bulunduklarını gördüğümde, ruhumun kaçtığı ve bu sevgili adamla, yüzyıllardır sevdiğim bu adamla buluştuğum yerin burası olduğunu anladım.

Seminerinizde, aynı hikâyeyi hipnoz altında tekrar yaşadım. Bugün bu adamla birlikte keyifli bir ilişki yaşıyoruz. Onunla her hafta defalarca konuşuyorum. Kızımın genç bir kadın olarak kaydettiği ilerlemeyi dinlemeyi seviyor ve kocamla birbirlerine büyük bir saygı duyuyorlar. Bense sonsuzluğa sahip olduğumuzu bilmenin huzur ve neşesini yaşıyorum.

~ Cynthia

Bir volkanın gücü, bir ruh eşinin gücüne denk değildir. Ruh eşlerinin sevgisi her zaman romantik olmaz. Ebedidir ve koşulsuzdur, zamanı ve yeri aşar, ama bu bir ebeveyn ve çocuğun, iki arkadaşın, iki kardeşin, büyükanne ve torunun, kuzenlerin sevgisi olabilir ya da başka platonik şekillerde var olabilir.

Belki de ruh eşiniz, dersine girdiğiniz, öğrettiği konuya olan tutku ve bilgisiyle profesyonel yörüngenizi etkileyen bir üniversite profesörünüzdü. Dersi bitirdiğinizde yolunuza devam ettiniz, o da öyle; bu hayattaki birlikteliğiniz tamamlandı.

Tek bir ruh eşinden ziyade bir ruhlar ailesine sahibiz ve her zaman bağlantı halindeyiz. Bazen yalnızca kısa anlar için, ancak bu kısa anlar bile bir insanın hayatını tamamen değiştirebilir. On dakika, on ay ya da on yıl, ne kadar birlikte olduğunuz, öğrenilen dersler, yönler ve bu karşılaşmalar olduğunda yaşanan hatırlatmalar kadar önemli değildir. Bir tanıdıklık, bir bilme derinliği vardır. Bu kadar kısa sürede ummayacağınız belirli bir titreşimde bağlantı kurarsınız. Ruh eşleriniz etkileşim kurmak için tekrar tekrar bir araya gelirler. Bir birlikte karma ya da kader vardır.

Cynthia ve öğretmeninin ruh ilişkisi tüm aile tarafından takdirle karşılanmıştı ve herhangi bir kıskançlıktan, kırgınlıktan ya da korkudan yoksundu.

Koşulsuz sevgi karşılığında hiçbir şey istemez. Bu saf sevgi asla bağımlılıklar ya da borçlar yaratmaz. Yalnızca var olur. Mutlak bir enerjidir, asla sona ermez. Ânında aralarına yüzyıllar girmiş hayatları birleştirir ve tüm sevilenlerin sonsuzlukta buluşacağını vaat eder.

Bir sonraki hikâyenin yazarı Carla'nın, zamanı ve gerginlikleri aşan bir sevgiyle kız kardeşine uzandığında bu kavramı eyleme nasıl döktüğüne tanık olun.

• KARDEŞLİK BAĞLARI •

Yıllar önce, New York'taki Omega Enstitüsü'nde sizi görme ayrıcalığına kavuştum. Günün sonuydu ve sizin bir çocukluk reg-

resyonu yapacak zamanınız vardı. Ben de gönüllü olmuştum. Sahneye çıkıp herkesin önünde hipnoz olmak konusunda çekincelerim vardı, ama emin ellerde olduğumu biliyordum ve size güvendim. Ayrıca ne gibi deneyimler yaşayacağımı da merak ediyordum.

Çok geçmeden zihnimde bir anı belirdi. Dört yaşlarındaydım ve iki yaşındaki kardeşimin elini tutmuş, Paskalya sabahı onun merdivenlerden inmesine yardım ediyordum. İkimiz de çok heyecanlıydık. Ayaklarımın altındaki halının, üstümdeki pijamaların verdiği hissi hatırlıyorum. Merdivenlerden aşağı indik ve bizi bekleyen bir sürü Paskalya sepeti bulduk birinde de bir civciv! Civcivin köpeklerimizden birine yem olmasından korktum, ama bu gerçekten de mutlu bir anıydı.

Hipnozdan çıktığım sırada duygusallaştım ve ağlamaya başladım. İzleyiciler, neden böyle mutlu bir anıdan sonra ağladığımı sordular. O dönemde bu kardeşimle aramızda husumet vardı ve birbirimizle konuşmuyorduk. Ve tek hatırlayabildiğim, onun için hissettiğim o samimi, masum sevgiydi. Yaşamımızın büyük bölümünde paylaştığımız o yakınlığı özlemiştim.

Tüm süreçten aldığım en önemli şey, yalnızca sevginin gerçek olduğuydu. Bunun üzerine hafta sonu semineri sona erdikten sonra, kız kardeşimi aradım ve ona yaşadığım bu tecrübeyi anlattım. Telefonda ağladık ve birbirimize, "O küçük civcive ne oldu?" diye sorup kahkahalarla gülmeye başladık. Sizinle yaptığımız o seans beni kardeşimle tekrar buluşturdu. Bugün hâlâ o yakınlığı koruyoruz. Birlikte bir başka seminere daha geldik ve bazı grup regresyon çalışmalarıyla pek çok farklı ilişkide pek çok hayat paylaştığımızı öğrendik.

O gün izleyiciler önünde gerçekleştirdiğim o regresyonu her zaman sevgiyle anacağım. O benim hayatımı sonsuza dek değiştirdi.

~ Carla White

Carla'nın çocukluğuna dair bu kısa anıda çok güçlü bir mesaj aktarıldı. Sevgi asla bitmez; asla sona ermez. Enerjisi mutlaktır, ebedidir. Dört ve iki yaşlarındayken küçük kardeşlerin masum bir anısı Carla'ya sevgi bağlarının önemini anımsattı. Geçici husumet, bu sevgiye kıyasla önemsiz göründü. Bir telefon görüşmesi yapıldı ve ilişki hızla onarıldı. Öfke ve kırgınlık bağışlandı.

Carla'nın dersi hepimiz için geçerlidir. Kaç tane gelip geçici kavganın, tartışmanın ya da yanlış anlamanın bizi hayatımızdaki önemli insanlarla sevgi dolu etkileşimler kurmanın keyfinden alıkoyuyor? Ego ve gururumuz engel oluyor. Telefonu alıp Carla gibi ilişkilerimizi iyileştirecek cesarete sahip miyiz?

Sevgi her şeyden üstündür.

• İNGİLİZ BARI •

Kocamla birlikte New York City'deki Korkusuz Olma konferansındaydık. İkinci regresyondan sonra uyandık ve birbirimize ne gördüğümüzü sorduk. Ben bir barda olduğumu söyledim.

"1800'lerde bir İngiliz barı mı?" diye sordu.

Evet. Özetle, o 1800'lerde bir İngiliz barının dışındaydı, ama içeri giremiyordu; yalnızca pencereden içeri bakmıştı. İçerideki mobilyaları tarif etti, ama insan yoktu.

Bar tam da benim regresyon sırasında gördüğüm bardı, ama benimkinde ben barda çalışıyordum (büyük olasılıkla aynı zamanda bir hayat kadınıydım) ve o beni boğarak öldürmüştü. Şimdi, bu regresyon yüzünden olmasa da boşanıyoruz.

Bu yaz bir maç sırasında Dr. Weiss'ın kitaplarından birini okuyordum ve bir arkadaşım sordu. Ona regresyondan ve

barda öldürülmüş olmamdan bahsettim. Hayrete düştü ve bana eski kocamla Connecticut'ta 1887'de yapılma bir Victoria evine sahip olduğumuzu ve kocamın yeniden tasarlamak istediği tek odanın "bar odası" olduğunu hatırlattı. Tuhaf bir sebepten dolayı bu ikisini asla birleştirmemiştim, ama arkadaşım kesinlikle haklıydı. Kocam odayı bir İngiliz barı konseptinde yeniden dekore etmiş, içine maun bir bar ve bir İngiliz bulldog temalı dart bölümü koymuştu!

~ Bonnie

Aynı geçmiş yaşam sahnelerinin eşzamanlı anımsanması, anıya dair bir doğrulamadır. Aynı mekânın bilinçaltı bir şekilde yeniden yaratılması da öyle. Ama bu kez hiçbir şiddet yoktu. Ciddi anlamda ilerleme kaydedilmişti.

Ruh ilişkileri her zaman uyumlu ve huzurlu değildir. Ruh eşleri bile, bir ruh diğer kadar gelişmemiş ve evrim geçirmemişse, zehirleyici olabilir. Bonnie'nin geçmiş yaşam hikâyesi bu kavramı ortaya koyar ve sıradaki hikâye de bir başka örnektir.

• GÜVEN VE ALDATMA •

2009 yılında New York'ta Dr. Weiss'la bir haftalık bir eğitime katıldım ve şimdi Avustralya'daki çalışmalarımda geçmiş yaşam regresyonunu kullanıyorum. Bu yöntemi seviyorum ve hayalim bunu, pek çok alanda kolaylıkça çözümlenebilecek şeylerden mustarip insanlara, onları hayatlarına devam edecekleri şekilde özgür bırakarak yaymak.

Avustralya, Sydney'de, bir sonraki sene düzenlediğim bir eğitim kursunda harika bir kadınla tanıştım. Onun vakası, neden bu

kadar çok kadının hamile kalmak için çabaladığına ya da çocuk sahibi olmama kararından dolayı yargılandığına ışık tutabilir.

Charlotte, gelip sınıfın önünde regresyon terapisine katılmayı kabul eden ilk kişiydi. Onun deneyimi, kendini etrafında pek çok dükkânın bulunduğu parke taşlı bir caddede gördüğünde başladı. On bir yaşlarında, üzerinde kirli bir elbise ve önlük bulunan "pis" bir kızdı. Yıl 1845, yer İngiltere'ydi. Ondan evine gitmesini istedim, ama gidemedi. Onun evi sokaklardı.

Charlotte anne veya babası olduğunu hissedemedi. Bunun üzerinde zamanda geriye gitti ve beş yaşlarındayken anne ve babasının bir kaza sonucunda öldüğünü ve onun öksüz kaldığını gördü. Çocuk yurdu soğuk ve ıssızdı. Orada, dört yaşlarında bir arkadaşı vardı; adı Sally'ydi. Onun mevcut yaşamındaki en yakın arkadaşı olduğunu fark etti. Kızlar birbirlerine sahip çıktılar.

Regresyon ilerledikçe, Charlotte kendini on dokuz yaşlarında ve mevcut yaşamında eski kocası olduğunu fark ettiği bir adama âşık olarak gördü. Onun çocuğuna hamileydi, çok mutluydu ve o adamın da onu çok sevdiğine inanıyordu.

Aniden inanılmaz bir üzüntüye kapıldı ve ağlamaya başladı: "O bebeğimi aldı! O bebeğimi aldı!" Tek yapabildiği bu sözcükleri tekrarlamak ve ağlamaktı. Sevdiği adam evliydi ve karısı kısırdı. Karısı çocuk sahibi olamadığından, Charlotte'ı tuzağa düşürmüş ve sağlıklı bebeğini elinden almıştı.

Ondan bir sonraki zamana gitmesini istediğimde oğlunu gördü. Şimdi oğlu yirmi yaşında, çok yakışıklı ve iyi giyimli bir adamdı. Önünde büyük sütunları olan bir devlet binasından çıkıyordu. Oğlunu görmek Charlotte'ın nefesini kesti. Güzel bir erkekti ve Charlotte çok gurur duydu. Sonra oğlunun babasını ve oğlunun bildiği haliyle annesini gördü. Charlotte onunla konuşmak istemedi; dış görüntüsünden utanmıştı, ama

oğlunun kendisinin asla sağlayamayacağı bir hayat sürdüğünü bilmek onu mutlu etmişti.

Son gününe ilerlediğinde, Charlotte kendini yaşça değil ama görüntü olarak oldukça yaşlı gördü. Yaşadığı yerde, sokaklarda öldü. Onun bu hayattan aldığı ters insanlara güvenmemekti.

Mevcut yaşamında Charlotte'ın çocuğu yok. Ayrıca o akşam bana, hikâyeyi anlatmak için İngiltere'de yaşayan en yakın arkadaşını aradığını söyledi. Bebeğinin çalındığı bölümü anlattığı sırada, arkadaşı ona, "Çünkü karısının çocuğu olmuyordu," demişti.

"Neden böyle söyledin?" diye sormuştu Charlotte.

"Bilmiyorum," diye yanıtlamıştı arkadaşı, "ama biliyordum."

~ Toni Reilly

Bu veya başka bir şekilde tekrar bir çocuk kaybetme korkusu, bilinçli veya bilinçaltı bir hamile kalmama kararına yol açabilir. Charlotte daha eski bir enkarnasyondan karmik bir borç mu ödüyordu? Bilmiyoruz. Ama o hayattaki sevgilisi ve karısı onun planını biliyorsa gelecek yaşamlarda kesinlikle Charlotte'a borçluydu. Borçlarımızdan ve yükümlülüklerimizden kaçış yoktur. Geçmiş ömürlerde zarar verdiğimiz insanlara yaptıklarımızı telafi etmemiz gerekir. Bunu yaparken ve diğer tüm varlıklara karşı şefkat ve merhametle yaklaşırken spiritüel yolumuzda hızla ilerleriz. Titreşimimiz yükselir.

Charlotte'ın on dokuzuncu yüzyıl ömründe sevgi ve empatiyi ifade etmenin pek çok fırsatı vardı. O hayattaki sevgilisi çok daha cömert ve ilgili olabilirdi. Çocuk yurdu daha destekçi, daha ilgili olabilirdi, o kadar "soğuk ve ıssız" olmayabilirdi. Toplum daha hayırsever olabilirdi ve insanlara güvenen bu kadın sokaklarda yaşayıp ölmek zorunda kalmayabilirdi.

Yalnızca Sally anlayışlı ve düşünceliydi.

Mevcut dünyamızın pek de değiştiği söylenemez. İyi niyet, özgecilik ve sevgi dolu şefkat evrensel erdemler olmalı ve tüm insanlara ulaşmalıdır. Bu olduğunda, Charlotte ve bizler insanlığa çok daha derin bir seviyede güvenebileceğiz.

Charlotte ve sevgilisi karmalarını çözümlemeleri ve birbirlerine spiritüel varlıkların yapmaları gerektiği gibi davranmaları için pek çok buluşma sunuldu. Bir sonraki hikâyenin yazarı Judi de aynı şekilde ruh eşiyle ilişkisini geliştirmesi için sayısız fırsat yakaladı. Mevcut yaşamında Patrick'le defalarca buluştu ve onunla defalarca kez buluşmaya devam edecek.

• KEŞKE BURADA OLSAYDIN •

Ortaokuldayken, Springfield'daki evimin verandasının merdivenlerinde oturuyordum ve mahalleden bir çocuk arkadaşı Patrick'le birlikte bize doğru yaklaştı. Patrick hemen geldi, yanıma oturdu ve konuşmaya başladı. Çok tatlıydı ve gerçekten de benimle konuşmaktan keyif alıyor gibiydi. Ona adını sorduğumu hatırlıyorum, ama yanıtı anlamamıştım. Ondan kodlamasını istedim ve Patrick sonunda bana pek de mantıklı gelmeyen bir tırnak işaretiyle kodladı. Hatırladığım kadarıyla, "P'draig" gibi bir şeydi. Ona sesli harfin nerede olduğunu sordum ve o yalnızca gülümsedi.

Arkadaşım gelip Patrick'in ailesinin onu almaya geldiğini söyledi. Patrick gitmek istemedi, ama kalamazdı çünkü daha önce babasıyla bir sorun yaşamıştı. Sonradan babasından dayak yediğini duydum.

O gittikten sonra bir komşuma Patrick'in adını sordum ve komşum onun başka bir ülkeden geldiğini, babasının davra-

nışlarında bir sorun olduğunu ve Patrick'in geldiği yere geri gönderilebileceğini söyledi. Hatırladığım kadarıyla dayak öyle şiddetliydi ki polis çağrılmıştı. Patrick için üzüldüm ve o akşam yatağa gittiğimde iyi olması için dua ettim. İlk kez o zaman biri için dua etmiştim.

Lisede okurken her gün çalıştığım dükkâna uğrayıp benimle sohbet eden bir çocuk vardı. Bir anda ortaya çıkardı. Ona adını sordum ve "Pat" dedi. Bana İrlanda'dan geldiğini söyledi. Ona ne zamandır orada, arkamda durduğunu sorardım ve yalnızca gülümserdi. Aylar içinde iyi bir arkadaşlık kurduk, ta ki bana artık gelemeyeceğini söyleyene kadar. O gün o gittikten sonra ağladım. Onu bir gün tekrar göreceğimi ve onun benim kocam olacağını hissettim ve bu his beni teselli etti.

Daha pek çok şey oldu: Fransızca dersinden sonra her zaman yanıma gelip merhaba diyen, sınıftan çıkarken omzuma dokunan ve aramızda güçlü bir bağ olduğunu hissettiğim bir çocuk. "Duvar" dediğimiz bir yerde, sohbetlerinden keyif aldığım biri. Üniversitedeyken hafta sonları Jersey Shore'da ve her hafta sonu gittiğim gece kulübünde hatırlıyorum. Sahnede ses ve ışıkları ayarlayan bir adam vardı; sürekli beni izlerdi; onun tatlı olduğunu düşündüm, gülümsedim ve el salladım. Her zaman orada birinin beni izlediğini hissettim ve kısa süre sonra oraya gitmekten vazgeçtim, ama hayatın bana sahnedeki o adamla tanışmam için verdiği fırsatı kaçırmış olduğuma ve orada bizim için bundan daha fazlası olduğuna dair tuhaf bir hisse kapıldım. Ve sonra, arkadaşımın, Patrick adında İrlanda doğumlu bir iş arkadaşından söz ettiği zaman vardı. Her ne kadar arkadaşım beni onun anılarımdaki çocuk olmadığına ikna etse de ben onun o olduğunu hayal ettim. Muzlu ekmek ve kabak tatlısı yaptım ve işe götürüp Patrick'le paylaşması için arkadaşıma verdim. Sonunda tüm bunları unuttum ve gidip başkasıyla evlendim.

Patrick'i son görüşümden otuz yıl sonra, internetten bana ulaştı ve buluşmak istediğini söyledi. İlk buluşmada onu tanımadım. Onu gerçekten hatırlayıp hatırlamadığımı sordu ve gözlerime baktı. O gözleri tanıdım yavaş yavaş hatırladım. Sonrasında, gerçek bir randevu için buluşmamız gerektiğini söyledi. Buluştuğumuzda öyle bir bağ hissettim ki bu beni korkuttu. Güçlü bir şekilde onun benim kocam olacağını hissettim, ama son ilişkimdeki adam beni terk ettiğinden korktum. Konuştuk ve bunca zaman o adamın o olduğunu anladım: babasıyla olan dönem, "Duvar" Fransızca dersi. Ona arkadaşımı, onun iş arkadaşını sordum ve anlaşılan arkadaşımın pişirdiğim yiyecekleri paylaştığı kişi de oydu. Ayrıca o yaz gece kulübünde ses ve ışıkları ayarlayan da aynı kişiydi.

Patrick'le geçirdiğim son gün Temmuz 2008'de gerçekleşti. Harika zaman geçirdik, ama aramızdaki mesafeden ötürü bir daha görüşmedik. Patrick'le konuştuğum son hafta, sizin atölye çalışmanızdan hemen önceydi. Geri döndüğümde yaşadıklarımı onunla paylaşmamı istedi. Ayrıca ona kalp muayenem için doktora gideceğimi söylemiş bulundum. Aynı hafta, benim kalp testimden birkaç dakika önce, Patrick'in öldüğünü öğrendim. Onun kalbi pes etmişti. Merdivenlerden düşmüştü ve ya düşmeden önce ya da düşerken kalp krizi geçirmişti. Onunla vedalaşma fırsatı bulamadım.

Patrick öldüğünden beri benimle iletişim kuruyor. Bu deneyimler bana sevginin asla ölmediğini gösterdi. İlk randevumuzda onunla buluşmaya giderken, Tanrı'dan doğru insanla karşılaştığımda bana bir işaret göstermesini istemiştim. Sonra radyoda Pink Floyd'un "Wish You Were Here" şarkısı çalarken bir yıldız kaydığını gördüm. Bu işareti aldım ve onunla paylaştım. "Biz bir fanusta yüzen iki kayıp ruhuz sadece," dedi. Bunlar şarkının sözleriydi.

O öldükten sonra, diş hekimine gittiğim bir gün Patrick'ten yanımda olmasını istedim. "Oraya varmadan önce o şarkıyı bir kere daha dinleyeyim," dedim. Doktorun otoparkına girdiğim anda radyoda o şarkı çıktı. Radyoda onu dinlerken tüylerimin ürperdiğini hissettim. Bu beni mutlu etti; o benimleydi. Randevudan sonra eve gittim ve eve girdiğim anda kızım kendi yaptığı, Pink Floyd'un üyelerinden biri olan Syd Barrett'ın bir resmiyle çıkageldi. Ona Patrick'ten ya da şarkının ne anlam ifade ettiğinden hiç bahsetmemiştim. Resmin yanında şu sözler yazıyordu: "Biz bir fanusta yüzen iki kayıp ruhuz sadece."

~ Judi

Genelde sevgi konusunda çok çekingen davranırız. Duruz, tereddüt ederiz, rasyonelleştiririz, korkarız, uzaklaşırız. Ama sevgi bize karşı çekingen değildir. Geri gelir, tekrar dener, yeni fırsatlar sunar. Sevgi ısrarcıdır.

Sevgi asla ölmez. Dinlemeyi bıraktığımızda şarkılarını duyarız. Sevdiklerimiz öldükten sonra bile onların kokularını alırız. Haberciler görürüz; kuşlar ve hayvanlar, gökyüzü ve diğer işaretler. Dokunuşlarını hissederiz. Sinyallerini alırız; onların mevcudiyetini hissederiz.

Pink Floyd'un bir başka şarkıda söylediği ve Patrick'in kuşkusuz Judi'ye söyleyeceği gibi: Her zaman burada olacağım. Her zaman bu gözlerin ardından bakacağım. Bu yalnızca bir ömür. Bu yalnızca bir ömür."

• BÖLÜNMÜŞ RUH •

2001 yılıydı ve ben hayatımın aşkıyla yaşıyordum. Sevgi

nefesimdi, sevgi gördüğümdü, *ben* sevgiydim. Hiç olmadığım kadar kendim hissediyordum. Güçlü, görkemli ve tamamen bütün olduğum için kendimi çok talihli hissediyordum. Hayatımda en harika çocuğa ve en inanılmaz adama sahiptim. Ailem güzeldi. Yenilmez hissettiğim için başarılıydım da. Küçük bir para basma makinesiydim. Hayat daha kusursuz olamaz gibiydi. Cinselliğimin en derin sırlarını keşfetmiştim ve bedenimin her bir hücresi açılmıştı. Mutluydum. Sevgiydim.

2004 yazı geldi ve o gitti. Benimle yaşamak, burada, Kuzey Amerika'da ben ve oğlumla bir hayat kurmak ile kendi ülkesi Güney Amerika'ya gitmek arasında bir tercih yapmak zorundaydı. Ben onu bırakmakla ve gitmesine izin vermemek arasında bir tercih yapmak zorundaydım. Ve her ikisini de yapabilecek güce sahiptim. Her ikimiz de sevgimizin aynı kaldığını biliyorduk, çünkü zaman yoktu, gelecek ya da geçmiş yoktu. Yalnızca an vardı.

Yıllar geçti. Depresyonla kaybedecek zamanım yoktu, bu yüzden onunla savaştım. Gelirim hızla düştü. Aylık faturalarımı birikimlerimle ödemeye başladım. Hastalandım; bağışıklık sistemim bana savaş açtı. Giderek çaresiz bir duruma düştüm. Yatağımda yatarken düşünecek ve önceliklerimi değiştirecek zaman buldum. Tanrı benimleydi. Günlük yaşama döndüm, ama ben ben değildim. Onun yaşama arzumu aldığını ve beni boş bıraktığını düşündüm. Zihnim kapıyı kapatıp onu unutmak zorunda olduğumu söylüyordu, kalbim dokunuşlarını özlüyordu, ruhumsa ona tamamen, yok sayılması imkânsız bir şekilde âşıktı.

Geçen sene, CD'lerinizin beni geçmiş yaşamlarıma götürmesine izin verdim. Geçmiş yaşamım mevcut yaşamımla bağlantılıydı, bunu anladım. En inanılmaz olanı ise regresyon sırasında, 1850 civarında bir hayatta, kendimi bu hayatta sevdiğim adamın bedeninde görmem oldu. Ben oydum, bu hayatta beni

bütün ve kusursuz hissettiren, bana kendime sevmeyi öğreten adamdım. Bu sevgi sayesinde ben de evreni sevmiştim.

Ben oydum. Ben oyum.

O hayatta onun (benim!) tamamen sorumsuz bir adam olduğunu, karımı terk ettiğini gördüm. Hiçbir sebebi yoktu; yalnızca cehalet ve bencillik. O hayattaki karım, mevcut yaşamımda on yıl önce kaybettiğim çok sevgili bir dostumdu. O hayatta güzel, sevgi dolu, şefkatli, zeki ve eğlenceli bir kadındı, tıpkı bu hayatta olduğu gibi.

Toronto'daki konferansınız sırasında bir kez daha o hayata gittiğimde, deneyim çok gerçekçiydi. Kendimi onun bedeninde gördüm. Kendim dışında kimseyi önemsemiyordum. Sonra bir tren istasyonunda bir başıma öldüğümü gördüm. Ne öğrenmiştim? Yalnız kalmayı ve sorumluluk sahibi olmayı. O hayatta bunu öğrenmemiştim. Karımı, arkadaşımı terk ettiğim için büyük bir pişmanlık hissettim; bunu sözcüklerle ifade etmek güç.

Regresyon sırasında, sevgili arkadaşım amcamla birlikte bana geldi. Her ikisi de öldü ve her ikisi de beni teselli etmek, beni sakinleştirmek için gelmişti. Konferansta ağlıyor, kendimi çok suçlu hissediyordum; ağlıyor ve duramıyordum. "Sorun yok, önemli değil, her şey yolunda. Sakin ol, sorun yok." Bana söyledikleri buydu.

Derslerimi öğreniyorum, yavaş ama emin adımlarla. Bu hayatta sorumluluk sahibi bir insanım. Oğlumu tek başıma yetiştiriyorum ve bu dünyada ona bir hayat sunabilmek için çok çalışıyorum. Sevdiği adam da (ben!) şimdi sorumluluk sahibi. Ülkesinde kendi çocuklarını yetiştiriyor.

Sonunda oraya ulaşıyoruz ve sorumluyuz. Ve yalnızız. Neden yalnızız? Bizler bölünmüş bir ruh muyuz?

~ Violet

Ölümlerinden sonra bile, sevdiğimiz insanlar sık sık diğer taraftan, spiritüel boyutlardan bize yardım eder ve yol gösterirler. Violet hem sevgili arkadaşı hem de amcası tarafından teselli edildiğini söylüyor. Regresyon evresinde, her zamanki zihinsel bariyerlerimiz kalktığında, spiritüel ailemizin bize yaptığı yardım ziyaretleri daha net bir şekilde algılanır.

Gerçek ve uzun soluklu mutluluk ve neşe başkalarına bağımlı olamaz. Bunlar içsel evrelerdir. Sevgililer terk edebilir, ama sevgi terk etmez. O bizim gerçek doğamızdır. Violet bu zor dersleri öğreniyor ve kalıcı olan içsel bir sevgi buluyor. Onun karması, 1850'lerde yaşadığı hayatta verdiği kararların ve sorumsuzluğun etkilerini hissetmektir. Sorumluluk şimdi onda. O hayatta karısı olan sevgili arkadaşı onu çoktan bağışladı.

Bu anıda bir metafor vardır. Öyleyse arkadaşı onun sevgilisi miydi? Yoksa bilinçaltı ona mevcut yaşamıyla olan bağlantıları, karmik borçları ve öğrenilmesi gereken dersleri mi gösteriyordu? Belki de geçmiş yaşamında karısını terk eden adam olduğundan, Violet iki erkek kimliğini birleştirmişti.

İleri bir regresyon daha çok ayrıntıyı ortaya çıkarabilirdi. Ama gerçek çalışma yapılmıştır.

Bu bölümün son hikâyesinde, karıkoca olan Mark ve Kathleen, geçmiş yaşam regresyonu çalışmasıyla kendi yolculuklarını anlatıyorlar. Onların tecrübeleri onların yalnızca birbirlerini değil, aynı zamanda diğer önemli aile ilişkilerini de daha derin ve daha empatik bir düzeyde anlamalarına yardımcı oldu.

• REKABET REGRESYONLARI •

Bu hayatımda ergenlik yıllarımın sonlarına doğru, ilk olarak normalde sevgi dolu ve vicdanlı olan annemin her zaman

her kız arkadaşımda, özellikle de ilişkinin ciddileşebileceğini düşündüğü anda bir kusur bulduğunu fark ettiğimde şaşkına döndüm. Ona kızlara bir şans vermesini söylerdim. Sonunda, büyük olasılıkla kız arkadaşlarımı, tek çocuğunun ilgisini çalabilecek rakipler olarak gördüğü sonucuna vardım.

Yirmili yaşlarım geldi ve üniversiteden mezun olduktan sonra Fransa'da İngiliz dili alanında asistan olarak görev yaparken Kathleen ile tanıştım. İkimiz de aynı kasabadaki iki ayrı lisede İngilizce asistanıydık. Ben İngiltere'den, Kathleen Amerika'dan gelmişti. İlişkimiz gerçekten de ciddileşti ve evlenip Amerika'da yaşamaya karar verdik.

İlk paragrafın sonunda sözünü ettiğim farkındalık, annemin 1976 yılında nişanımdan 1992 yılındaki ölümüne kadar on altı yıl boyunca yarattığı olayları açıklamak için ilk adımdır. Mektup ve telefonlarla her türlü manipülasyona maruz kaldık ve onu ve diğer aile bireylerimizi görmek için İngiltere'ye yaptığımız ziyaretler, genelde yalnızca annemin bildiği sebeplerden ötürü öfke krizleriyle son buldu. Kısa sürede aramızı bozmaya çalıştığını fark ettik. Bizim için tek yol, birleşik bir cephe sunmaktı ve biz de bunu yaptık. Sonunda annem bunu gördü ve her ne kadar ilişkimizi manipüle etme çabaları son bulsa da öfke krizleri devam etti.

Annemin hayatının son iki haftasını, ölümcül kanserinin son evrelerinden dolayı onunla birlikte hastanede geçirdim. Ben gelmeden kısa süre önce kanserle gelen felç onun konuşma yetisini yok etmişti, ama işitme ve anlama yetileri mevcuttu. Geçtiğimiz on altı yıl boyunca yaşanan her şeye rağmen son günlerini onunla birlikte geçirdiğim için minnettardım. Annemin ölümünden sonra Kathleen ve ben sık sık annemin istikrarsız kişiliğini andık ve onunla olan ilişkimizin daha huzurlu olmuş olmasını diledik.

On beş yıl geçti. Sonra, Dr. Weiss'ın çalışmalarını okumaya ve regresyon CD'lerini kullanmaya başladım. İlk seanstan itibaren geçmiş yaşamlara gitmenin kolay olduğunu gördüm. İlk hatırladıklarımdan biri, on dokuzuncu yüzyıl dolaylarında, İngiltere, Derbyshire'daki büyük bir mülkün yöneticisi olduğum bir hayattı. O hayattaki karımın bu hayattaki annem ve Kathleen'in bir mülk çalışanı, büyük olasılıkla aşçı veya başka bir mutfak personeli olduğunu fark ettiğim anda yaşadığım şaşkınlığı düşünün. Kathleen ve ben güçlü, karşılıklı bir çekim hissetmiş, ama ben evli olduğumdan platonik bir ilişkinin ötesine geçememiştik.

O hayata yaptığım diğer regresyonlar daha çok bilgi sağladı. Geçmiş yaşamda olan bir olaydan dolayı bu mülkün Chatsworth olabileceğine inanıyorum. Karım (mevcut yaşamımda annem) ve ben, Chatsworth malikânesine en yakın kasaba olan Buxton'da alışveriş yapıyorduk. Bir mağazadayken Kathleen yanında birkaç personelimle içeri girdi. Kathleen'i ve diğerlerinin selamlamak için döndüm ve sonra karıma baktığımda, yüzünde, bu hayatta annemin yüzünde defalarca gördüğüm o huzursuzluğu, hüsranı ve mutsuzluğu gördüm, özellikle de Kathleen'le nişanlandıktan sonra.

O hayata yaptığım bir başka regresyon esnasında, Kathleen geçirdiğim ve daha sonra ölümüme sebep olan bir solunum rahatsızlığının ardından sağlığımı sormak için bizim eve uğradığında yine eşimin yüzünde aynı ifadeyi gördüm. Kuzulama zamanında yerel bir çiftçiydim, şiddetli bir yağmura yakalanmış ve soğuk algınlığı geçirmiştim. Daha sonra bu bronşit ve zatürreeye dönüşmüştü. İlginç bir şekilde, bu hayatta çocukken defalarca bronşit geçirmiştim.

Ruhların gruplar halinde reenkarne olduklarına dair kesinlikle kanıtlarımız var. Kathleen, annem ve ben başka

hayatlarda da birlikte olduk mu, bilmiyoruz. Geçmiş yaşam regresyonu çalışmalarına başlamadan önce, annemin ilişkimize ve evliliğimize verdiği tepkiyi sahiplenme ve kontrol etme arzusuna bağladık. O geçmiş hayata yaptığımız regresyona ek olarak meditasyon, derin düşünme ve diğer spiritüel çalışmalarla annemin reaksiyonlarının aslında korkuya dayalı olduğunu gördük: gerçekliğini üzerine kurduğu insanı kaybetme korkusu. Bizim için onun geçmiş hayatta sadık kocasını kaybetmekten ya da bu hayatta oğlunun sevgisini kaybetmekten korkmasına gerek olmadığını söylemek kolaydır, ama onun korkusu onun için gerçekti ve kendini anlatıldığı şekilde ortaya koydu. Şimdi onun eylem ve tepkilerini merhametli bir anlayışla değerlendirebiliyoruz. Onu yaralı bir ruh olarak görüyor ve ona içsel huzur ve şifa diliyoruz.

Geçmiş yaşamlarımızda baskın olan tema ve niteliklerin mevcut yaşamlarımızda defalarca karşımıza çıkmaları inanılmazdır. Kronolojik sırayla özetlemek gerekirse Hintli bir soylunun karısı, bir Romalı senatör, Ortaçağ'da Avrupalı bir inşaatçı, bir nalbant, İngiliz İç Savaşı sırasında kral taraftarı bir süvari, profesyonel bir salon harpsikordisti, bir denizci, bir mülk yöneticisi, Fransız bir profesyonel müzikal sanatçısı ve II. Dünya Savaşı öncesinde ve sonrasında Berlin'de yaşayan genç bir Alman olarak farklı yaşamlar ziyaret ettim. Bu hayatta mimarlık ve inşaata olan ilgim tartışılmaz, müziğe de öyle. Resitallerde bir amatör olarak şarkı söylüyorum ve yakın zamanda piyano çalmayı öğrenmeye başladım. Denizde olmaktan keyif alıyorum ve hatta Kathleen ve ben, seyahat gemilerindeki yolcular için denizcilik tarihi üzerine sunumlar yapıyorduk. Peki, bu hayattaki mesleğim ne? Emekli olmadan önce, otuz iki yıl boyunca üniversitede Fransızca ve Almanca dersleri verdim. Her ne kadar iki dili öğrenmek için zaman

ayırmak ve çaba sarf etmek zorunda kalmış olsam da bu dilleri akıcı bir şekilde konuşma konusunda hiçbir zorluk çekmedim.

Geçmiş yaşam regresyonu kişisel büyüme için değerli bir araçtır. Karmik bir bağlantıyla birlikte geldiğinde, gerçekliğe dair daha derin, spiritüel bir anlayışa yol açabilir. Kathleen ve ben, bu hayatta ruh eşleri olarak tekrar birlikte olma fırsatına eriştiğimiz ve her zaman ödüllendirici, tatmin edici ve en önemlisi spiritüel anlamda enerji veren sevgi dolu bir ilişki geliştirebildiğimiz için minnettarız. Bizler pusulamızı bulduk ve o pusula sevgidir.

~ Mark ve Kathleen

Aşk üçgenleri bizim gördüğümüzden çok daha karmaşık ve zorlayıcıdır. Mevcut yaşamda anne ve gelin, on dokuzuncu yüzyılda romantik rakiplerdi ve o dönemdeki kıskançlıklar mevcut yaşamlara taşındı. Her ne kadar ilişkiler değişmiş ve Mark'ın karısı olan kadın şimdi annesi olarak gelmiş olsa da güvensizlikleri aynı kalmıştı. Geçmiş yaşam terapisi bu duygusal yaraları iyileştirebilir ve Mark'ın annesi, Derbyshire'daki o yaşama geri dönme şansına erişseydi, o da bundan fayda sağlayabilirdi.

Geçmiş yaşamlardan daha pek çok duygu ve his taşınabilir. Öfke, sevgi, kaybetme ya da ayrılık korkusu, rekabet, güvensizlik, ihanet endişeleri, yakınlıklar, güçsüzlük hissi ve aşırı korumacılık bunlardan yalnızca birkaçıdır. Sorunların geçmiş yaşam kökenleri anımsandığı ve salıverildiğinde ilişkiler onarılır. Sonra ilişki tamamen taze, net olabilir ve mevcut zamanda yaşanabilir. Tüm eski yükler geçmişte bırakılır.

Eğer mevcut yaşam belirleyicileri göz önünde bulundurulduğunda ilişki sorunları mantıklı gelmiyorsa ve sorunlar mantık ve düzeltmeye karşı dirençliyse bunlar, bu sorunların

geçmiş yaşamlarınızdan bir veya birden fazlasına dayandığına dair ipuçlarıdır.

Ruhlarımız sürekli büyümek ve evrim geçirmek için bir araya gelirler. Geçmişi bilmek mevcut zamanı iyileştirebilir ve geleceği aydınlatabilir.

Mark ve Kathleen hikâyelerini ve bu bölümü harika bir metaforla bitirdiler. "Bizler pusulamızı bulduk," diye yazdılar "ve bu pusula sevgidir." Sevgi aslında, bizim bu dünyevi düzlemin kayalıklı topraklarında yolumuzu bulmamıza yardımcı olan, bizi cennete, evimize doğru yönlendiren en ayrıcalıklı araçtır. Ne zaman ormanda kaybolsak, o bizi nazik bir dokunuşla toparlar ve yolumuza döndürür. Onun kuvveti manyetik, bilgeliği kusursuzdur. Sevgi araçtır, yöndür ve varış noktasıdır. Sevgi yolu gösterir ve yolun kendisidir. Sevgi bizim gerçek doğamızdır. Sevgi bizim gerçek kuzeyimizdir.

·10·

Hayvanların Öğrettiği Dersler

İnsanlığın başlangıcından bu yana hayvanlarla birbirimize bağlı olduk ve bu gezegeni onlarla paylaştık. Bizler tüm duyarlı varlıklara bağlıyız; ayrılık illüzyonu, dünyadaki bunca keder ve acıya sebep olan şeydir. Hayvanların da ruhu ve onların da öğrenecekleri dersleri vardır. Bir kelebeğin kısa ama harikulade yaşamı, fiziksel yaşamı deneyimlemek için kısa süreli bir akın olabilir. Ve geçmişinizi, ani gelen uçmak için doğduğunuz farkındalığıyla başından atmak, fizikselin yanında spiritüel bir metamorfozdur. Yeryüzündeki yüzyıllık varlığıyla kaplumbağa çeşitli derslerle karşılaşabilir. Yıllar gelir ve geçer, hayatın geçiciliğine ve hakikatine, her şeyin geçici olduğuna dair dersler öğrenir. Ancak hayvanlar aynı zamanda öğretmenlerdir. Sinekkuşu hayatın nektarını yudumlar ve bize hayatın lezzetini tatmayı hatırlatır. Köpekler genelde sadakatin ve sevgi dolu hizmetin cisimleşmiş halleridir. İnsanı hayrete düşüren karmaşık şehir ve medeniyetler inşa etmek için yoruk bilmeden birlikte çalışan karıncaları izlemek, birlikteliğin ve sebatkârlığın gücünü anlamaktır. Tüm hayvanların bize koşulsuz sevgi, sezgi ve içgüdü ve korkusuzca yaşamak üzerine öğretecek çok şeyleri vardır.

Evcil hayvanlarımızın ölümden sonraki geçişimiz esnasında bize yardımcı olabilirler. Öldükten ve fiziksel bedenlerimizden ayrıldıktan sonra diğer tarafta karşılamak ve teselli etmek için bizi beklerler. Onlar da pek çok "sahibin" bildiği gibi enkarne olurlar. Belirli bir hayat süresinde bize birden fazla kez dönüp yardımcı olabilirler. Gelecek yaşamlarımızda bizimle tekrar buluşabilirler.

Bizim için olan sevgi ifadeleri asla son bulmaz. Sık sık sahipleri için kendilerini feda ederler. İnsanların bunu birbirleri için yaptıkları nadirdir.

Hayvanlar, yoldan saptığımız takdirde bizi spiritüel yollarımıza döndürmeye yardımcı olan sevgi dolu varlıklardır. Bu anlamda, kuşlarımız, atlarımız ve diğer hayvanlarımız bile içlerinde bir parça çoban köpeği ruhu taşırlar.

Kedilerin dokuz canlı olduğu bilinen bir deyiştir. Elbette öyle. Tüm hayvanlar ve insanlar öyle hatta dokuzdan da fazla. Bu canları birlikte paylaşmak ne güzel bir armağandır.

• SİHİRLİ ANILAR •

Profesyonel bir hayvan iletişimcisi olarak çalıştığım yıllarda, sürekli hayvanlarla olan ilişkimize dair bir anlayışın yaratabileceği iyileştirici etki karşısında büyülendim. Sahip olduğum en yoğun ve duygusal anlamda karmaşık bağlardan biri atım Sihir'le oldu. Çok yakınız, ancak yıllar içinde ilişkimiz, kaç eğitmene gitmiş olursak olalım, kolaylıkla çözümlenemeyen bazı mücadeleler getirdi. Bir gün Wisconsin'deki at çiftliğimde, Sihir'e duyduğum duyguların derinliğini anlamaya çalışırken ruhum seyahate çıktı: önce bu hayatta onunla olan anılarımıza, ardından Kızılderililerin ve atların birlikte yaşadıkları eski bir zamana gittim. Bu vizyonlar onunla yaşadığım mevcut

çatışmaları anlamama yardımcı oldu. Sihir'le olan ruh bağlantımı keşfetmek, var olduğundan bile haberdar olmadığım bir kedere huzur getiren bir kapı açtı.

Sihir'le ilgili duygularım 2006 yazında yoğunlaştı. Sıcak zirveye ulaşırken, hüsranım da o seviyelerdeydi.

"Sana çok kızgınım!" diye bağırdım ona. Etrafımızda sinekler uçuşurken binici kırbacını kalçasına vurmak üzere havaya savurdum. "Senden nefret ediyorum! Senden nefret ediyorum!"

Çenemi sıktım ve kırbaçlamak yerine elimin tersiyle boynuna vurdum. Geriye sendeledim ve nefesim göğsüme sıkışırken bedenim kasıldı. Temkinli bir şekilde ona bakmak için döndüm ve akışkan gözlerinde kendi yansımamı gördüm. Siyah-beyaz bedeni, yanımızdaki metal kapı gibi kalakalmıştı, ama derisi boynundaki kasların üzerinde titredi.

Elimdeki kırbacı yere bıraktım ve toprağın üzerine çöküp hıçkırıklara boğuldum. "Benim derdim ne?" diyordum sürekli. Geri çekildim ve çok sevdiğim bir at için duyduğum bu şiddetli düşmanlık karşısında şoke oldum. Yüzümü kazağıma gömdüm ve ağlamaya devam ettim.

Orada otururken kazağımın kumaşına sinen o bilindik at kokusu, hafif ama ayrıcalıklı bir tatlı adaçayı kokusuna dönüştü. Doğruldum ve kazağı çıkardım. Ters çevirdim ve üzerinde adaçayına dair herhangi bir şey olup olmadığına baktım, ama yalnızca kir lekeleri vardı. Bir sonraki nefeste güzel koku bir kez daha burun deliklerimi doldurdu. Adaçayı kokusu önce yakın geçmişte, ardından geçmiş bir yaşama iletken görevi gördü ve zihnimde imgeler belirmeye başladı. Gözlerimi kapadım ve zamanın içinde bu bilindik aromayı takip ederek sevgili ve zorlu atımla ilk tanıştığım güne, altı yıl öncesine gittim.

Sihir'le birbirimizi benim çalıştığım bir ahırda bulduk.

Üç aylık leylek gibi zayıf bedeni bana çok yakın gelmişti ve kalbim onay verdiğinde onun o özel varlık olduğunu anladım. Haftalar öncesinde, yeni bir at için koruyucu meleğimden yardım istedikten sonra meleğim bana onun geleceğini söylemişti. Artık yoğun bir bağımız olacağını da eklemişti. İnanılmaz bir şekilde, Sihir'le birlikte büyük yangınlar atlattık. Onun yanan samanların arasında koşarken yanan bacakları, benim arabamda çıkan yangının kederini ortaya çıkardı. Bir karavan arabama çarpmıştı ve ben içinde mahsur kalmıştım. Sonunda alevlerin arasından dışarı atlamak tek kaçışım olmuştu. Çaresizce bu travmayı aşmaya çalışmış ama yapamamıştım. Birbirimize ihtiyacımız vardı. Zaman içinde ben onun bacaklarını iyileştirmesine yardımcı olacaktım, o da benim derin duygusal yaralarımı iyileştirecekti.

Neredeyse altı yılı birlikte geçirdikten sonra, Sihir'in yeni küstah ve boyun eğmez doğasından dolayı son ikisi dayanılmaz olmuştu. Ancak soğukkanlılıkla geçen kısa süreli anlarda o bana sürekli şunu söyledi: "Özür dilerim" ve "Beni affet." Bir at neden bu temaları bu kadar önemsiyordu ki? Ben sürekli onun yanında, kendimi herhangi bir hayvanın ya da insanın yanında olmadığım kadar öfkeli buluyor ve buna çok şaşırıyordum.

Sonra bir akşam arkadaşım Mary'yle kanoya bindikten yaptıktan sonra her şey anlam kazanmaya başladı.

"Hava kararıyor. Kanolarımızı sudan çıkarsak iyi olur," dediğimi hatırlıyorum Bad Fish Creek'in soğuk sığ sularına bakarak ürperdiğimde. "Neden burada bu kadar ürperdiğimi anlamıyorum. Bu hiç mantıklı değil. Yıllar oldu, ama ne zaman buraya gelsem böyle oluyor."

Birlikte kanoları toprak setin üzerinden otlara çektik. Eve gitmek için, kısa bir mesafedeki at çiftliğime park ettiğimiz kamyonetimi almamız gerekiyordu. Komşum Doug'ın saman

tarlığından yürümek en kısa yoldu. Ancak hemen yola koyulmak yerine biraz daha oyalandık ve gün içinde en keyif aldığımız anlardan bahsettik.

Aniden sırtımda büyük, güçlü ve şefkatli bir el hissettim. El, kutsal bir taşa dokunan bir dindar gibi usulca sırtıma bastırdı. Korkmadım ve sırtımı bu yumuşak, derin bağlantıya teslim ettim. Rasyonel zihnim, *Doug olmalı*, diye düşündü. Arkamı döndüm, ama bakışlarım nehrin çamurlu kıyısıyla buluştu. Kimse yoktu. Başımı çevirdim ve şaşkın bir halde gözlerimi kırpıştırdım.

"Mary, az önce bir adam sırtıma dokundu. Yemin ederim, delirmedim."

"Biliyorum," dedi.

"Biliyor musun? Nasıl?"

"Az önce arkanda duran yirmi kadar insan gördüm. Hepsi giyinikti hayır, sen bak," dedi sabırlı bir sesle. "Zihin gözünle bak."

Gözlerimi kapadım ve derin bir nefes alıp arkamda kim olduğunu sordum. Ânında önümde büyük bir Kızılderili kabilesi belirdi. Bana, "Seni seviyoruz. Burada olduğun için çok mutluyuz. Lütfen seni bağışladığımızı bil. Tüm hatalar silindi," mesajı göndererek sevgi yayıyorlardı.

Sırtıma dokunan adam, güvenilir bir baba gibi bilge görünüyordu. Onun yanında, sevgi yayan iri bir kadın beni kucaklıyordu ve karşılığında herkes kucaklama gibi tuhaf bir hisle etrafımı sardı. "Sana kendin ve atın için daha çok anlayış ve bağışlayıcılık katmak adına daha çok vizyon göndereceğiz," dediler. Sihir'den bahsettiklerini biliyordum. Bir kez daha, ne için bağışlayıcılığa ihtiyaç duyacağıma dair hiçbir fikrim yoktu ve Sihir'in bunlarla bir bağlantısı olup olmadığını merak ettim.

Gözlerimi açtım ve Mary'yle birlikte karanlık tarlada

yürüdüm. Filizlenen, değişen ve büyüyen bir tohum gibi hissederken kemiklerim bedenimde titreşti. Buna hazır olup olmadığımdan emin değildim. Ama her şeye rağmen tohumlar filizleniyor, büyüyordu.

Derin bir meditasyon sırasında bir sonraki tam vizyona eriştiğimde bu olayın üzerinden bir hafta geçmişti. Bu kez kendimi geçmiş bir yaşamda, yanında bebeği ve kocası olan Amerikan yerlisi bir kadın olarak gördüm.

"Hey, kes şunu!" diyordum ve kocam beni belimden kavradığında kıkırdadım. Yanımda durduğu sırada güçlü bedeninden yayılan ısıyı hissedebiliyordum.

"Seni yakalayacağım, Shayna," dedi kocam ve evimizin içindeki toprak zemini kaplayan deri postların üzerine çömeldi. Büyük gözleri kurnaz bir edayla parladı ve küçük kızımızla beni kucakladı.

"Sen küçük bir ayısın, Küçük Ayı," dedim. "Büyük ve güçlü olduğun için sana Büyük Ayı demememiz gerektiğini sanıyorsun. Asla! Sen her zaman benim Küçük Ayım olacaksın." Onunla şakalaşmaya devam ettim ve sonra bebeğimiz Ayasha'yı kucaklayıp kulübemizden dışarı, gün ışığına çıktım.

"Grrr," diye kükredi ellerini pençe gibi sıkıp. "İşte geliyorum!" Ayasha belimde, ağaçların arasından tarlaya doğru koştuk. "Geliyorum, Shayna. Kaçsanız iyi ederseniz."

Kızımın yumuşak siyah saçlarına baktım ve atlarımızın arkasına saklanmak için sinsi kediler gibi hopladık. Açık araziye koştuğumuzda, toprak kokusuna bulanmış rüzgâr yüzlerimizi okşadı. Ayasha, etrafımızda toplanan siyah, beyaz ve altın renklerindeki atların görüntüsü karşısında heyecanla çığlık attı.

Sürünün ortasına saklanmış bir halde beyaz kısrak Sihir'in üzerinden başımı uzatıp kocama bakındım. Kısa süre sonra tam, "Baba nerede, Ayasha?" diye sorduğum anda bir "Böö!"

sesi duydum ve sıcak parmak uçlarını omzumda hissettim. Döndüğümde arkamızda duruyordu. "Buraya nasıl geldin?"

"Gördüğün gibi karıcım, ben hızlı bir savaşçıyım."

Kaşlarımı kaldırıp başımı salladım. Sonra sanki Sihir de eğlencede yerini almak istercesine tüylü siyah-beyaz burnuyla bana vurdu. Başımı tuttum, çünkü canım acımıştı. "Bu atın çok kaba," dedim canım sıkılmış bir halde. "Onu bir başka kabileyle takas etmelisin."

"Asla," dedi kocam. "O çok güçlü."

"Fazla güçlü. Birimizin canını yakacak," dediğimi hatırlıyorum ve sonra görüntü kayboldu.

Geçmiş yaşam sona ererken gözlerimi açtım. Bu küçük hikâyeden, kocamı ve kızımı sevdiğimi anlamıştım. Kabiledeki birlik hissim, onlara olan bağlılığımla derinden ilişkiliydi. Sihir, o hayatta da zorlu bir hayvandı. Bu küstah davranışların bu hayatta benimle birlikte başlamadığını bilerek omuzlarımı gevşettim.

Bir hafta sonra kendimi aynı hayattan başka bir sahneye odaklanırken buldum. Bu kez, güneşle ısınan otların üzerinde bir adam yatıyordu ve küçük bir insan grubu başında durmuş yas tutuyordu. Bazıları havaya adaçayı serpiştirirken sessizce ilahiler söylüyorlardı. Deri ve boncuklarla süslenmiş eteğiyle iri cüsseli bir kadın kalçasındaki bebeğiyle kenara çekildi. Onun yanında koyu renk saçlı genç bir kadın üzerinde geyik derisinden yapılma elbisesiyle yerde diz çöktü.

Adaçayı kokusu, Sihir'le ahırdaki o gün olduğu kadar güçlüydü. Temkinli bir şekilde daha yakından görmek için yeşil tarlaya doğru ilerledim. *Bu insanlar da kim?* Sonra yerde diz çökmüş, hıçkırıklara boğulan genç kadının Shayna olduğunu anladım. Bu kez sahneyi bir kez daha yaşamak yerine yalnızca tanık oluyordum.

Güneş saçlarına vurdu ve parlak gökkuşakları gibi bir hale

oluşturdu. Elleri göğsüne uzanıyor, kıyafetlerini çekiştiriyordu. Onu geçip yerde yatan adamın yüzüne baktım. Bu, Küçük Ayı'ydı. Başından boşalarak çimlere bulaşan kanı gördüğümde yüzümü buruşturdum. Nefes almıyordu. Şefkat, ölümünde bile yüzünde parlıyordu. Başının, kanla kaplı saçlarının kenarında bir kaya vardı. Sinekler üzerinde vızıldarken yüzeyini kırmızı damlalar kaplamıştı. Yavaşça sol tarafa döndüğümde, siyah-beyaz bir atın tek başına durduğunu gördüm. Deri dizginleri başının yanından yere sarkmıştı. Sihir mi? Birden anladım. *Ah, Tanrım, kocamın ölümüne sen mi sebep oldun? Sana bu kadar öfke duymama şaşmamalı.*

Küçük Ayı'ya bakarken görüntü bulanıklaştı. Yere eğilip kadının yüzüne baktığımda nefes almakla güçlük çektim. Aniden içimi inanılmaz bir hüzün ve yas kapladı. Bu gördüğüm gerçekten de benim hayatımdı. Onu kaybetmenin derin üzüntüsü her yanımı sarmıştı. Sevdiği gitmişti ve o kendini tamamen yalnız hissediyordu.

Shayna kendini geriye atıp yerdeki otları kavradı. Açık dudaklarından dökülen hıçkırıklar zar zor duyuluyordu. Etrafıma bakınıp destek aradım. Kimse beni göremiyor, duyamıyordu. Kuru otları bırakıp boş gözlerle etrafına bakındı. Genç kocasını kaybetmenin acısı gözlerine kazınmıştı. Telepatik olarak ona ulaşmaya ve ona düşünceler göndermeye çalıştım: *Bu da geçecek. Bir gün bu tarlada bir evde yaşayacaksın. Başaracaksın.* Ama o beni duyamadı.

İri cüsseli kadın elinden kurtulan çocuğa bağırdı: "Buraya gel, Ayasha!" Belli ki bu trajik manzara karşısında küçük kız annesinden uzaklaşmaya çalışıyordu. Shayna döndü ve kızını belinden yakaladı. Elleri kasıldı, çocuğun çıplak tenine saplandı ve küçük kız ağlamaya başladı. Shayna çığlıklar atan kızını yere çekerken gözlerine baktı. Ardından başını çevirdi

ve dişlerini sıkıca kenetlenmiş bir halde etrafında duran insanların yüzlerine baktı. Hepsi gözlerini kaçırdı, başlarını yere eğip ayaklarına bakmaya başladı. Aynı iri cüsseli kadın ağlayan Ayasha'yı kucakladı ve oradan uzaklaştı.

Bu hareketlilik karşısında meraklı bir grup insan koşarak olay yerine gelip "Neler oldu?" diye sordular.

Uzun boylu, gri sakallı zayıf bir adam öne çıktı: "Küçük Ayı Sihir'in üzerinde hızlı ve keyifli bir şekilde ilerliyordu. Hepimiz onu izliyor, cesaretlendiriyorduk. Sonra Sihir aniden asi bir şekilde başını çevirdi ve küçük bir çukura bastı. Birlikte yere devrildiler. Küçük Ayı başını kayaya çarptı ve öldü."

Yeni gelenler Küçük Ayı'nın yanına gidip saygılarını sundular. Kendi yerli benliğimin ölü kocasının yanından kalktığını ve kalabalığın içine girip kızını iri cüsseli kadının kollarından aldığını gördüm. Sessizce, çocuğunu kalçasına yaslayıp uzaklaştı. Kimse peşinden gitmedi.

Shayna sarı çiçeklerle dolu tarlada ilerledi ve ormana girdi. Yüksek, kalın gövdeli ağaçlar odunsu bir koku yaydı ve suyun tazeleyici kokusu havayı doldurdu. Dallarla kaplı küçük tepeden aşağı inerken düşmemek için bir elinden destek alırken diğer eliyle güzel kızını kavradı.

Gürleyen suyun sesi bir fırtınayı andırıyordu. Shayna hızla akan akıntının içine girdiğinde su kalçalarına kadar uzanıyordu. Güçlü akıntının derinliklerine doğru ilerlerken bir yandan da suyun akıntısına karşı mücadele vererek çocuğu belinden aldı ve yavaşça kızının tombul gövdesini suya batırdı. Ardından derin bir nefes aldı ve kızını suyun altına batırdı. Shayna'nın kolları kasıldı. Ayasha'nın minik bedeni hareketsizleşti. Ardından Shayna yüzünü son kez akıntıya döndü, bebeğinin yumuşak tenine son kez sarıldı ve hayallerinin ve tatlı bebeğinin karanlığa doğru süzülüşünü izleyerek çocuğun

bedenini bıraktı.

Çığlıklar atıp saçlarını yolarak tekrar nehirden çıktı ve ormanın içinden tekrar kocasının cansız bedenine doğru koştu. Kabile, Ayasha'nın annesinin yanında olmadığını görünce şaşkına döndü ve çılgınca birbirlerinin kollarında küçük kızı aramaya başladılar.

"Hayır!" diye bağırdı içlerinden biri. "Bebeği yanında götürmüştü!"

Hunan, Küçük Ayı'nın erkek kardeşi Shayna'yı kollarından yakaladı ve bağırdı: "Bebek nerede?"

Shayna kollarını çekti ve Hunan'ın yüzüne bir tokat yapıştırdı. Hunan Shayna'yı belinden tutup yere itti.

İri cüsseli kadın gözlerinde panik dolu bir ifadeyle bağırdı: "Hemen nehre koşun!" Beş yerli hızla koşup ormana girdi ve tepeden nehre indiler. Gürleyen suyun sesleri dört bir yanda korkutucu bir edayla yankılanırken nehrin kenarında çaresizce aramaya başladılar.

"Çok geç!" diye bağırdı Shayna onlara. Sihir'e baktı ve ekledi: "Sevdiğim herkes öldü ve hepsi bu siyah-beyaz atın yüzünden!"

İri cüsseli kadının yüzünde çocuğun gerçekten de ölü olduğuna dair bir farkındalık dalgası belirdi ve kadın başını iki yana sallayıp, "Sakinleştirin onu," dedi. Hepsi şoke olmuş bir halde Shayna'nın yanından uzaklaştı.

Mevcut yaşama çekildiğimi hissettiğim anda görüntüler kararda. Hıçkırıklar içinde gözlerimi açtım. Şimdiki yatak odamda otururken yas, şükran ve neden şimdi "kabilemin" bana geldiğine dair anlayışla dolmuştum. Kolay olmayacaktı, ama şimdi gerçekten iyileşebileceğimi biliyordum.

Utanç hayatımda yer etmiş bir gerçekti. Ne kadar uğraşırsam uğraşayım, kaynağını asla bulamamıştım, ta ki Sihir beni bir

sevgi, huzur ve kendini bağışlayıcılık yoluna götürene kadar.

Bilge hayvanlarımızın bizim özgür kalabilmemiz için bize verdikleri sevgi inanılmazdır. Sevgili atımın sebatkârlığı ve geçmiş yaşamdaki aileme duyduğu sevgiyle hiçbir hatanın bağışlanmayacak kadar büyük olmadığını öğrendim başka hayatlarda bile olsa.

~ Asia Voight

Bu çok güçlü hikâyede, Asia hayvanların insanların hayatlarında oynadıkları önemli role dair anlık bir izlenim sunuyor. Hayvanlar bize koşulsuz sevgiyi öğretirler ve genelde tüm yaşamlarını yalnızca bu amaca adarlar. Onların sevgisi bizim davranışımıza bağlı değildir. Güçlüdür ve sarsılmazdır. Bunu kazanmamız gerekmez. Serbestçe verilir ve amaçsızca esirgenmez. Bu sevgiyi bilebilir ve derin bir seviyede hissedebiliriz.

Sihir'in hikâyesinde de görüldüğü gibi hayvanlar reenkarne olurlar. Ruhları, insanlarınki gibi bireyselleşmeyebilir; belki de onların aile ya da grup ruhları daha çok karışır. Ama bu ayrım önemli değildir.

Utanç ve suçluluk, bizde büyük bir rahatsızlık ve engel yaratan olumsuz duygulardır. Kısmen, keyfi bir düşünce ve eylem seviyesine ulaşamadığımız inancımızla ortaya çıkarlar. İçselleştirilmiş ve çok afilli bir davranış standardını tutturamadığımızdan kendimizi hüsrana uğratırız. Başarısızlığımız kızgınlık yaratır ve kızgınlık içe yönelir. Ardından genelde çaresizlik ve depresyon gelir.

Bu sürecin tamamı önlenebilir.

Geçmiş harikulade bir öğretmendir, ama materyali bir kez öğrendiğinizde, onu tekrar tekrar çalışmanız gerekmez. Bunu yapmak yalnızca eğitiminizin ilerlemesine engel olacaktır.

Geçmişten öğrenin, sonra yola devam edin. Hepimiz mevcut yaşamlarımızda ve geçmişte pek çok yaşamımızda hatalar yaptık. Hatalarımıza dair net bir farkındalık o hataların telafisine ve onları tekrarlamama niyetine olanak verir. Şiddetli suçluluk, utanç ve kızgınlık vizyonumuzu bulandırır ve dersleri engelleyerek hataların tekrarlanmasına yol açar. Bu olumsuz duygular büyümemizi engeller ve bizi hayatın neşesinden mahrum bırakır. Yargısız farkındalık zararlı olumsuzluğu çözümler ve duruşumuzu yeniden kazanmamıza neden olur.

Sihir, Asia'ya bu dersleri öğretmek için geri döndü. O, çok fazla trajedi, ölüm, yas ve utanç içeren bir geçmiş yaşama uzanan kapıydı. Asia'nın kendini bağışlamaya başlaması için tüm hayatını onun bu bağlantıyı kurmasına yardımcı olmaya çalışarak geçirebilirdi. Bunu sevgisinden yapardı, çünkü hayvanlarımızın sevgisi sonsuzdur. Onlara kızabiliriz, onlara bağırabilir, hatta vurabiliriz, ancak onlar sabırla dersleri öğrenmemizi beklerler. Sihir altı yıl bekledi. Ebediyen de bekleyebilirdi.

Hayvanların insanlara böyle önemli mesajlar aktarmalarını sağlayan mekanizmalar çeşitli formlar alabilir. Sihir, Asia'nın dönüştürücü bir anlayışa ulaşmasını sağlayan bir geçmişe dönmesini sağladı. Ozzie, bir sonraki hikâyenin kahramanı olan köpek, daha kontrollü bir yaklaşım sergiledi. Kendi mütevazı yolunda, hem geçmiş bir yaşamın varlığını doğrulamayı hem de sahibinin arkadaşını, sevgili kocasının ölümüne rağmen yanından hiç ayrılmadığına ikna etmeyi başardı.

• VARLIĞIN KANITI•

Arkadaşım Hillevi'den güzel hikâyesini paylaşmasını istedim. Onun dilinden okuyun:

Robert adında harika bir adamla evliydim ve Robert öldü. Ölümünden yıllar sonra, Robert'la on iki yıl önce bir kez tanışmış bir arkadaşımı, Mara'yı ziyarete gittim. Mara ve ben ülkenin farklı bölgelerinde yaşıyorduk, o yüzden sık sık görüşmek gibi bir fırsatımız yoktu.

Mara bana bir okuma yapmayı önerdi. Florida'da bazı seminerlerinize katılmıştı ve insanları okuma konusunda oldukça güçlü tecrübelere sahipti. Ona Robert'ın alyansını verdim. Alyansı avucuna koydu ve karşılıklı oturduk. Mara'nın sırtı pencereye dönüktü, benimkiyse eve. Maltese cinsi köpeği Ozzie'yse yanımızda, yerde uyuyordu.

İkimiz de sessizce oturup Mara'nın mesajlar almasını bekledik. Bana aldığı bilgiyi aktardı ve ben, "Ama Robert'ın gerçekten bizimle olduğunu nasıl anlayabilirim?" diye sordum.

Aniden bir gürültü koptu. Arkamı döndüm ve hemen arkamda, Robert'ın küçük, ahşap çerçeveli bir resmi yerde duruyordu. Yanındaysa, çerçevenin yalnızca iki katı büyüklüğündeki Ozzie duruyordu. Bunun en ilginç yanı, Robert'ın bu fotoğrafının yatak odasında, çantaların ve büyük bir valizin arkasında duruyor olmasıydı.

Ozzie'yi uyandıran, yerden kaldıran, yatak odasına götüren ve yatak odasından fotoğrafı getirmesini sağlayan neydi? Bu, Ozzie'nin o güne kadar ya da o günden sonra bir daha hiç yapmadığı bir şeydi.

Yatak odasına bakmaya gittim. Ne çantalar ne de valiz

yerinden kıpırdamıştı. Yerler fayans kaplıydı, dolayısıyla Ozzie çerçeveyi sürüklemiş olsaydı duyardım. Bunun yerine çerçeveyi ağzına koymuş, dört buçuk metre taşımış, ardından arkama bırakmıştı. Bunu nasıl yaptığından emin değilim, ama Mara ve ben güçlü bir şekilde Robert'ın yanımızda olduğunu, Ozzie'nin resmi salona taşıyıp gürültülü bir şekilde yere bırakmasına yardımcı olduğunu hissettik. Bu, Robert'ın soruma yanıt verme şekliydi!

~ Mara Gober

Hayvanların entelektüel zekâları, insan beyni ve zihninin sahip olduğu mantık, düşünme, analitik işlevlerle engellenmez. Bu, onları, çeşitli frekansların, titreşimlerin ve kaynakların iletişimlerine daha açık bir hale getirir. Belki Robert doğrudan doğruya o eşsiz fotoğrafı bulmak, onu diğer odanın derinliklerinden çıkarmak ve ardından Hillevi'nin tam arkasında bırakmak gibi zor bir görevi gerçekleştiren Ozzie'yle iletişim kurmanın daha rahat olduğunu fark etti. Bu kaç kişinin başına gelir ki?

Bir psikiyatrist olan Walter Jacobson, Omega'daki bir haftalık eğitimime katıldığı tecrübesini bloguna yazdı. Grup regresyonlarından biri esnasında, Walter zihninde birleştirilmiş eller imgesi gördü. Ama sol beyin odaklı, analitik bir insan olduğundan, atölye çalışmasının ilk birkaç günü boyunca bir geçmiş yaşam hatırlayamadığını ya da başka herhangi bir imge görmediğini fark etti.

Dördüncü gün, geçmiş yaşamlarını hatırlamakta sıkıntı çeken bir insan üzerinde nasıl regresyon yapıldığını göstermek için Walter'ı sahneye çağırdım. Walter'ın daha önce gördüğü birleştirilmiş eller, geçmiş yaşamında giriş noktasıydı. İnsan-

lar eller gördüklerinde genelde ayaklar da vardır, bu yüzden Walter'dan ayaklarına bakmasını istedim. Şimdi ayaklarındaki deri sandaletlerle çamurun yanında durduğunu görebiliyordu ve aynı zamanda bir nehrin yanında olduğunu fark etti.

Birleştirilmiş ellerin önemi neydi? Önce, başka bir insanla etkileşim kuruyor olabileceğini düşündüm, ama sahnede ilerledikçe, ölmekte olan köpeğinin hemen yanında yerde yattığını fark ettik. Walter avuçlarını birleştirip nehirden su alıyor ve çok sevdiği köpeğine içirmeye çalışıyordu, çünkü köpeğin su içecek gücü yoktu. Bu hareket son derece merhametli bir davranıştı ve atölye çalışmasına katılan herkes, bu adam ve köpek arasındaki bu engin sevgi karşısında duygulanmıştı. Çok geçmeden köpek öldü ve şimdi yapayalnız kalan Walter hüzünle doldu. Walter'a bu hayattan ne öğrendiğini sordum ve onun yanıtı gayet basit ve içtendi: "Sevgi."

Walter o hayata dair daha derin anlayışa regresyondan sonra ulaştı. Yazısında şöyle diyordu: "Geçmiş yaşam regresyonumdan aldığım ders, yalnızca sevgiye değil, aynı zamanda bağlılığa dairdi. Bağlılık, benim burada öğrenmek için var olduğum çok önemli bir derstir. Köpeğimle ilgilenirken bunu benden çok onun ihtiyaçlarını karşılayan bir bağlılıkla yapmalıyım. Atlarımızla ilgilenirken aynı şey geçerli olmalıdır: Ben tam anlamıyla mevcut olmalıyım, kendimi adamalıyım, iletişim kurmalı ve onu onun ruhunu beslemeliyim. Ve son olarak, başkalarına olan hizmetlerimde, yolumun kesiştiği herkese dair merhamet, kabullenme ve bağışlayıcılık ifadesinde ve sevdiklerimle kurduğum ilişkilerde adanmış olmalıyım."

O hafta Omega kitabevinde dolaşıp arka odasına girdiğinde, Walter başını eğdi ve bir heykel gördü: Zihninde canlandırdığı birleştirilmiş ellerin birebir kopyası duruyordu. Heykelin üzerinde yazan şuydu: *Tanrı'nın Elleri.*

Yakın zamanda yerel gazeteyi okuyor ve tüm dünyada meydana gelen, kronikleşmiş nefret ve şiddet olaylarından bunalmaya başlıyordum. İnsanlar sokaklarda vahşice saldırıya uğruyor ve ölüme terk ediliyorlardı. Ergenlik çağında bir genç, sırf derisinin renginden dolayı vurulup öldürülmüştü. Bu son makalenin hemen altında iki kedi hakkında bir hikâye vardı ve ben sevgi ve adanmışlığa dair bu harika hikâyeyi dahil ettiği için gazeteyi sessizce kutsadım.

Florida'da yaşlı bir kadın, aynı anneden doğan iki kediye hayran kaldı ve onları sahiplendi, ardından da onlara Jack ve Jill isimlerini verdi. Kadın sonunda Maine'e taşındı, ama o Florida'dan ayrılmadan kısa süre önce Jack evden kaçmıştı ve yaşlı kadın kedilerinden biri olmadan taşınmak zorunda kalmıştı. Bir süre sonra bir komşu kaybolan kediyi buldu ve Maine'deki yaşlı kadına telefon etti. Ancak yaşlı kadının öldüğünü ve akrabalarının Jill'i iki ay önce yerel bir barınağa verdiğini öğrendi.

Jill'in bir barınakta olması komşunun içine dert oldu ve onu bulmak için Maine'deki tüm barınakları aramaya başladı. Dualaların ve yüzlerce kedinin arasında yapılan titiz aramaların ardından Jill bulundu. Ancak komşu, kedinin Florida'ya getirilmesi için gereken 500 doları ödeyebilecek durumda değildi. Golf kulübündeki iş arkadaşlarına bu hikâyeyi anlattığında, arkadaşları kafa kafaya verdiler ve hikâyeyi duyan diğer insanlarla birlikte bu parayı topladılar. İki gün içinde hedeflerine ulaştılar ve kısa sürede Jill tekrar evine dönüp kardeşi Jack'le yeniden bir araya geldi.

Bunu okuduğumda, Walter'ın ölmekte olan köpeğinin susuzluğunu gidermek için ellerini sevgiyle birleştiği anısını hatırladım. Biz insanlar, çok sevdiğimiz hayvanlarımıza büyük bir merhametle ve adanmışlıkla yaklaşma becerisine sahibiz.

İki kediyi bir araya getirmek için bu kadar enerji ve para harcamak son derece soylu ve şefkatli bir eylemdir. Dahası, bu hedefe ulaşmak için pek çok insan bir araya gelmişti; yalnızca kararlı komşu değil, aynı zamanda kulübün patronları, üyeleri ve çalışanları. Bir de evcil hayvanlarımıza gösterdiğimiz aynı dikkatli merhameti diğer insanlara gösterebilseydik gazetelerimiz bu kadar vahşet hikâyesiyle dolup taşmazdı. Bunun yerine hayırseverlik, şefkat ve umut hikâyeleri yayımlarlardı. İnsanlar da önemlidir.

İnsanlar hayvanlarına öyle etkileyici bir biçimde bağlıdırlar ki sık sık hayvan olarak enkarne olup olamayacağımızı ve geçmiş yaşamlarda insan bedenlerimizden önce bu tip bedenlerde bulunup bulunmadığımızı sorarlar. Ben, hayvan formunda hayat yaşamış olmanın mümkün olduğuna inanıyorum. Bu hayatları anımsamıyor olabiliriz. Regresyonlar sırasında, insan anıları daha kolay erişilebilir durumdadır ve büyük olasılıkla travma ve semptomların kaynakları onlardır. Hastalarla yaptığım çalışmalarda, bir kez insan olduğunuzda ağırlıklı olarak insan kalma eğiliminde olduğunuzu gördüm. Kişisel olarak henüz insan yaşamlarında çok zalim ya da acımasız oldukları için bir ceza türü olarak hayvanlar âlemine gönderilmiş herhangi bir insanla karşılaşmadım. Daha çok insan evresinde bir ilerleme görülür ve o an için derslerin öğrenildiği seviye budur.

Dilersek türümüzü ve krallığımızı değiştirebiliriz, çünkü bu bize öğrenmek için yeni bir alan sunabilir. Bu kitaptaki diğer hikâyelerin gösterdiği gibi, hayvan bilincini, bitki bilincini, hatta bulutların bilincini keşfedebiliriz. Neden farkındalığımıza, ruhumuza herhangi bir sınır koyalım ki?

• YÖNLENDİRİCİ •

Omega, eşzamanlı doğaya sahip olağanüstü ve harikulade şeylerin düzenli olarak gerçekleştiği gerçekten özel bir yerdir. İnsanlar tanışmaları gereken insanlarla tanışır ve ihtiyaç duydukları yanıt ve mesajları alırlar. Mucizevi olaylar orada sıradandır. Olduklarında, insanın aldığı his şudur: "Vay canına, elbette. İhtiyaç olan, istenen, umut edilen ve olması gereken şey buydu." Brian ve Carole'dan dersler almak, olabildiğince çok insana regresyon terapisi yapmak ve kendimi karşıma çıkacak her türlü mucizevi eşzamanlılığa açmak için dört yıl üst üste Omega'ya gittim.

2006 yılının Ağustos ayında Omega'ya gitmeden önce, Teksas'a, kardeşimin evine yaptığım ziyaretten henüz dönmüştüm. Oradayken arkadaşım Dr. Jerry Casebolt ile görüşme fırsatı yakaladım. Jerry harika bir şifacı, bir şaman ve aynı zamanda lisanslı, tecrübeli bir kiropraktördür. Jerry'yi görmeye giden insanlar, farklı bir şeyle, özel bir şeyle karşılaşmaya hazırlıklı olmalıdır. Kiropraktik beden çalışması, nefes çalışması, derin-doku şiatsu masajı, bazı Rolfing derin kas masajı teknikleri, kılavuzlu imgeleme, hipnoz ve örnekleme, metafor, sembolizm ve kinayeyi kapsayan son derece etkili ve ilgili hikâye anlatımı bunlar Jerry'nin çalışmalarında kullandığı araçlardır ve o bunları kusursuz bir şekilde kullanır.

O yaz Jerry'yi görmeye gittiğimde, bir süre önce bir merdivenden düşüp sol Aşil tendonumu koparmıştım. Kuşkusuz hareket kabiliyetim önemli ölçüde azalmıştı ve şiddetli bir ağrım vardı. Bacağım ve sırtım üzerine acı verici bir çalışma yaparken Jerry her zaman yaptığı gibi benimle konuşmaya başladı. Önce bana tam bir beden rahatlama ve iyileşme

meditasyonu yaptırdı. Bu noktada başımın üzerinde beyaz, iyileştirici bir ışığın belirdiğini, tüm bedenime girip ayaklarımdan uzaklaştığını hayal ettim. Sonra benden, bir hayvanın beni ziyarete geldiğini ve bana bir şifa mesajı verdiğini hayal etmemi istedi. Ânında ben büyük, boynuzlu bir baykuş gördüm ve ona da bunu söyledim.

"Güzel. Bu senin güç hayvanın ve iyileşmene yardımcı olmak için burada," dedi Jerry. "Adı ne?"

"Adı Yönlendirici," diye yanıtladım. Ardından, Jerry bir yerdeki düğümü çözmek için genelde başparmağını ya da dirseğini bedenime bastırarak üzerimde çalışmaya devam ederken bana daha üstün bir farkındalığa, içgörüye, sağlığa ve bütünlüğe giden yolu gösteren Yönlendirici'ye dair güzel bir hayal gördüm. Çok güzeldi, çok gerçekçi ve güçlüydü. Ağladım.

Birkaç hafta sonra kendimi ilk kez Omega Enstitüsü'nde buldum; psikometri sayesinde medyumluk deneyimlemek ve ilk regresyonumu yönetmek için öyle heyecanlıydım ki kurs bittikten sonra sınıfta kaldım ve o akşam 21.30'a kadar sınıf arkadaşlarımla oturup daha fazla regresyon yaptım.

Kasabadaki otelime doğru yirmi dakikalık bir yol kat etmek için arabama doğru yürürken hava karanlıktı ve ben çok yorgundum. O gün yaşadığım olaylar başımı döndürmüştü, spiritüel anlamda yükselmiştim ve bu hissi çok sevmiştim. Yemek salonunun önündeki alanda güzel bir seremoni gördüm. Yaklaşık 150 kadından oluşan büyük bir grup, ellerinde mumlarla çimlerde dev bir çember oluşturmuştu. Yakınlardaki bir ağacın yanında durup dinledim. Birlikte bir şarkı söylüyorlardı ve her nakarat sona erdiğinde çemberden iki kadın çemberin içine giriyor, karşıt yönlerde ilerliyor ve durup her bir kadını kucaklıyordu. Harika bir şekilde söyledikleri sözler şunlardı:

"Sevgili kardeşim, sevgili kardeşim, sana söylemeliyim. Sen beni yıllarca çok sevdin ve ben seni çok seviyorum." Hepsi buydu bu kadar basit, güzel bir ifade.

Otoparktaki aracıma doğru yürüdüm ve yürürken şarkıyı söylediğimi fark ettim. Yalnızca bunu yapmak beni kız ve erkek kardeşlerime daha yakın hissettirdi. Bu çok güçlü bir nakarattı. Omega'nın çevresindeki ormanlık alanda ilerlemeye başladık ve kampüsten ayrılırken hâlâ o güzel seremoniye devam eden kadınlar çemberinin yanından geçtim. Onları bir kez daha görmek için yavaşladım ve sonra ormanın içine girdim. Karanlık yolda tek başımaydım ve yolun kenarındaki dar virajdan geçerken tam karşımda, yaklaşık beş metre mesafede, hayatımda gördüğüm en güzel, en büyük baykuşun beni izlediğini fark ettim.

Kuşun boyutu ve güzelliği karşısında afallamış bir halde, "Yönlendirici" dedim. O beni yaklaşık on dakika boyunca farların ışığında izledi, ardından dev kanatlarını açtı ve tek bir büyük hamleyle kendini yolun kenarındaki bir dalın üzerine havalandırdı. Büyük bir akçaağacın dalının bir ucuna kondu, başını çevirdi ve o büyük turuncu-sarı gözler bir kez daha bana döndü.

"İşte buradasın, Yönlendirici," dedim ve aracımda yavaşça ilerledim. Ağaçtan birkaç metre ötede durdum ve saniyelerde, göz göze bir birimize baktık.

Sonra Yönlendirici ağacın dalından düştü, o dev iki metrelik kanatlarını açtı ve yolun diğer kenarında bir başka ağacın dalına kondu. Sonra büyük başını çevirdi ve o güzel, aydınlık gözlerini bir kez daha üzerime sabitledi. Bu kez, ben yavaşça bu büyük baykuşa doğru ilerlerken o oturdu ve bir dakika boyunca sessizce beni izledi.

Bu kez, içgüdüsel olarak bunun Yönlendirici olduğunu

bildiğimden tüylerim diken diken oldu. Beni görmeye ve bana yol göstermeye, bana bir mesaj vermeye, kutsal bir bilgelik paylaşmaya gelmişti. Yönlendirici uçup etraftaki ve yolun karşı tarafındaki diğer dallara konmaya devam etti tam altı kez. Ve ben her seferinde onun bulunduğu yere yaklaştığımda defalarca göz göze bakıştık. Bu tecrübe çok mistik, gerçeküstü ve inanılmaz etkileyiciydi.

Karanlığın içinde bir arabanın farları belirdi ve ben, yolun ortasında hareketsiz bir şekilde durmanın artık iyi bir fikir olmadığına karar vererek gitmem gerektiğini düşündüm. Yönlendirici anlamış gibi ağaçtan son bir kez daha havalandı, veda etmek istercesine aracımın yakınlarına geldi ve sonra karanlık ormanda gözden kayboldu.

Ne kadar sihirli bir deneyimdi. Öyle gibi görünse de Omega'da hiçbir şey tesadüf değildir. İnsan alması gerekeni alır. O gün, ben ilk regresyonumu gerçekleştirmiştim. bu öğrenmek için yanıp tutuştuğum bir şeydi. Regresyon yaptığım kişi, Amerikan yerlisi olarak geçirdiği çok eski bir hayata döndü. Bunun onun için anlamı büyüktü. Amerikan yerlileri, bir güç hayvanından gelen bir ziyaretin önemini bilirdi. Ve aynı gece, ben kendi güç hayvanımın beni ziyaret etmesiyle ödüllendirilmiştim. Yönlendirici, "Hoş geldin. Doğru yolu buldun. Şimdi başkalarına yol boyunca yardımcı olarak gerçek benliğini bulacağın yere doğru ilerle," der gibiydi.

O hafta Brian'ın sık sık söylediği gibi: "Tesadüf yoktur. Hepimiz birbirimize bağlıyız."

~ Michael Brown

Ve Carole'ın söylediği gibi: "Bazen mucizeler olur." Yüreklerimiz ve zihinlerimiz açık ve sevgi doluysa doğru yolu ve

gerçek benliğimizi bulacağız demektir. Yolumuzu aydınlatan ve doğrulayan pek çok işaret olacaktır.

Ben de çimlerin üzerindeki bu kadınlar grubunu gördüm. Bazen hepsi beyaz elbiseler ya da sabahlıklar giyerler; etrafını çevreleyen beyaz mumlarda, gecenin karanlığında muazzam bir görüntü oluştururlar. Şarkıları melodiktir, bağımlılık yapar. "Seni beni yıllarca çok sevdin," sözlerini duyarım ve aklıma tüm varoluşlarımızı ve enkarnasyonlarımızı bağlayan milyonlarca yıl gelir. Bu hayatlarda kaç bin kardeşimiz oldu.

Michael bu güzel şarkının basit sözlerini söylemeye başladığında, yüreği daha çok açıldı. Tüm kız ve erkek kardeşleriyle, tüm insan ailesiyle arasında bir bağlantı hissetti. Bu mistik ve saf evrede, Yönlendirici'yle tanışmaya ve seçilmiş yolu hakkında ihtiyaç duyduğu onayı almaya hazırdı.

Kelt mitolojisinde sık sık büyük, bilge bir baykuş formu alan bir tanrıça vardır. Onun her şeyi gören gözleri, insan bilinçaltının, insan ruhunun sonsuz derinliklerine bakmasına olanak verir. O gecenin karanlığında uçarken dev açık kanatları onun rehberliğine ihtiyaç duyan herkesin üzerine şifa ve merhamet bırakır. O ruhların yeniden dirilişi bekledikleri ve şairlerin yıldızların bilgeliğini öğrendikleri söylenen yerde yaşar ve oraya hükmeder. Bir ruha yeni bir beden mi verilecek, yoksa daha yüksek spiritüel bir âleme mi geçecek, buna karar veren oydu. Dişil gücün bir sembolü olarak o, karmanın, geçmiş yaşam anılarının, reenkarnasyonun tanrıçasıdır.

Belki Michael, kadınlar kardeşliğin eski bağlarını dillendirirken onların mumla aydınlatılan alanında onun arketipik mevcudiyetini sezmişti. Belki onu Yönlendirici'de, yolunu kutsallaştıran o dev baykuşta ya da dinlenen ruhların hevesle yeni bir yaşamı bekledikleri o sıcak yaz gecesindeki yıldızlarda sezmişti. "Tesadüf yoktur," dedi Michael ve haklı. Rastlantı

da yoktur. Yalnızca sevgi dolu, teselli dolu meleksi kanatlarını omuzlarımıza saran, her birimize yolumuzda yön gösteren Evren vardır.

.11.

Kısa ve Tatlı

Regresyon terapisi çalışması, her daim mevcut olan hastalık, ölüm, kayıp ve yas temalarıyla oldukça ağır bir his verebilir. Mizah, bir denge sağlar. Yaşam dersleri zorlu deneyimlerle sınırlı değildir; daha hafif, keyifli anlarda da bulunurlar. Hatta bazıları öyle ciddiyetsizdir ki onlara hak ettikleri ilgiyi vermeyiz. Ama onların da bize öğretecekleri dersleri vardır ve kendi çaplarında onlar da terapatik olabilirler.

Bir yaz, Omega Enstitüsü'nde bir eğitim kursu veriyordum. Keşfettiğimiz geçmiş ve mevcut yaşamlar özellikle çok stresliydi ve sonuç olarak hafta her zamankinden daha duygusal geçti. Son günün son anlarında, atölye çalışması finale yaklaşırken genç bir kadın yüzünde çok ciddi bir ifadeyle bana doğru yaklaştı. Bana çok engin ve derin bir soru soracağından emin olduğumdan ona biraz zaman ayırmak için durdum.

Sessiz bir şekilde, bana aklındaki soruyu sordu: "Kime benziyorsunuz, biliyor musunuz?"

Sorusu beni şaşırttı, ama bilmediğimi söyledim.

Yüzünde tek bir espri işareti olmaksızın yanıtladı: "E.T."

Onu yanlış duyduğumu düşünerek, "Dünyadışı canlıyı mı kastediyorsunuz?" diye sordum.

"Evet. E.T."

Onu yanlış anladığıma emindim. "Yani, Ay'da bisikletle gezen küçük adam?" diye sordum bisiklete biner gibi yaparak.

"Kesinlikle!"

Şimdi dönüp düşündüğümde, ona daha çok ayrıntı sormuş olmayı diliyorum. Tam olarak neyim E.T.'ye benzemiş olabilir? Ne açıdan küçük bir uzaylıya benziyorum? Ama o sırada cevap veremeyecek kadar şaşırmıştım ve yürüyüp gittim.

Belki de o kısa karşılaşma, bana tevazu ve ego konusunda bir ders vermek için gerçekleşmişti. Belki de onun bu benzetmesinde, henüz ortaya çıkmayan daha derin bir önem vardı. Ya da belki yalnızca uzun bir haftanın sonunda güzel bir kahkahaya ihtiyacım vardı.

Komik ya da ciddi, bu bölüm basit gibi görünen olayların nasıl derin hakikat ve bilgelik tohumları barındırabildiğini göstermektedir. Bu hikâyeler küçük olabilir, ama etkileri ve yansımaları kesinlikle çok güçlüdür.

• APPLES •

Yakın zamanda Güney Florida'daki atölye çalışmanıza katıldım. Etkinliğin en başında, daha sonra kitapları imzalayacağınızı ve zaman kaybetmemek adına her kişiye kişisel bir yazı yazmak yerine yalnızca, "Sevgilerle, Brian Weiss" yazacağınızı söylüyordunuz.

Ben dokuz yüz kişiden oluşan izleyiciler arasında oturmuş, bir sonraki mola esnasında, oğlumu arayıp arkadaşımızın köpeğini barınaktan almasını, böylece hayvanın bir gün daha kalmamasını hatırlatmayı düşünüyordum. Tamamen o düşünceye kapılmıştım. Sonra birden size döndüm ve o anda şöyle diyordunuz: "Örneğin, benden Appolonia için imza atmamı isterseniz..."

Arkadaşımızın köpeğinin adı Appolonia kısaca Apples. Buna bayıldım.

~ Margie Samuels

Tesadüf ya da tamamen rastlantısal olaylar yoktur. O anda farkına varmasak bile her şeyin bir sebebi ve amacı vardır. O anda aklıma "Appolonia" ismi geldi ve örnek olarak verdim. Sanırım Apples gerçekten de barınaktan ayrılmak istiyordu. Biri ya da bir şey o ismi bilincime işledi ve isim çok net bir şekilde çıktı. Sonuç olarak, Appolonia bir kitaptaki kişiselleştirilmiş bir ithaftan daha fazlasına sahiptir. Onun bütün bir hikâyesi vardır.

Elmalardan kerevize geçelim.

• KEREVİZ SAĞGÖRÜSÜ •

Birkaç yıl önce Los Angeles'ta harika bir atölye çalışmanıza katıldım. Öğleden sonra enerji egzersizi yaptığımızda, önümde oturan Lisa adında bir kadınla eş oldum. Alyansımı verdim ve onun kol saatini aldım. Siz daha saymaya başlamadan, benim zihnimde, suyun yarısına kadar çıkmış, çok neşeli ve sevimli bir yunus belirdi. Bunun etkili olmak için gereğinden hızlı belirdiğini düşünüp bu görüntüyü başımdan atmak istedim, ama yunus gitmiyordu.

Lisa bunu duyduğunda gülümsedi. "O benim en sevdiğim hayvandır!" dedi.

Ben de mutlu oldum ve iyi bir iş çıkardığıma sevindim.

Onun benim hakkımda neler gördüğünü merak ediyordum. O şaşkın görünüyordu ve neredeyse özür diler bir edayla şöyle dedi: "Başlamadan önce, tam yüzümün ortasında, dev, yeşil, sulu

bir yığın... kereviz gördüm!" Ellerini iki yana açtı ve ekledi: "Ama gerçekten çok büyük!" Bu kulağa komik geliyordu, ama ben hüsrana uğramıştım. Kerevizden nefret ederdim ve kerevizin ardında derin ya da soylu bir anlam olduğunu düşünmüyordum.

O akşam saat yedi civarında eve döndüm ve kendime bir büyük bardak meyve suyu hazırladım. Kocam son zamanlarda sebze ve meyvelerle kendi tariflerini yaratan bir meyve suyu fanatiğine dönüşmüştü. Ona Lisa'yla yaşadığım olayı anlattım ve kerevizden bahsettiğim anda, kocam deliye dönmüş gibi buzdolabına koştu ve elinde hayatımda gördüğüm en şişkin ve sulu kerevizle geri döndü. O öğleden sonra, benim Lisa ile psikometri egzersizi yaptığım sırada, kocam da markette yeni karışımı için sebze alıyordu ve kerevizin bu sıra dışı görüntüsü ve boyutu karşısında kendine engel olamamıştı. Yirmi iki yıldır evliyiz ve Lisa'ya verdiğim alyansa kocamın adı yazılıydı.

Bir daha asla kerevize aynı gözlerle bakmayacağım.

~ Sophia

İnanılmaz psişik ve mistik doğamızın ispatı her zaman görkemli ve kozmik olmak zorunda değildir. Büyüleyici bir meteor yağmuru ya da bir güneş tutulması, bir sap kerevizle aynı önemdedir. Yalnızca günlük algılarımızın da ötesinde sezgisel becerileri olan spiritüel varlıklar olduğumuzu bilmemiz gerekir. Bu dünyadışı vizyonlardan ya da dünyevi sebzelerden ders alıp almamamız fark etmez.

Psişik fenomen dünyasında, tıpkı atomaltı fizik dünyasında olduğu gibi, yer ve zamanın bilindik sınırları aşılır. Coğrafi anlamda birbirlerinden uzak bile olsalar, eşzamanlı olarak gerçekleşen etkinlikleri bilme becerisine sahibiz. Sophia'nın kocası kerevizi gözüne kestirdiği sırada, Lisa onları kilometrelerce uzaktaki bir atölye çalışmasında "tam da yüzünün ortasında" gördü.

Sophia'nın hikâyesi aynı zamanda, bir olay yaşandığı sırada onun önemini anlamadığımız gerçekliğini vurgular. Er ya da geç önemi açığa çıkacaktır. Sophia Lisa'nın kereviz vizyonu karşısında hayal kırıklığına uğramıştı, ta ki kocası saatler öncesinde yaptığı market alışverişiyle aradaki bağlantıyı kurana dek.

Dave de psişik algıları konusunda benzer bir hayal kırıklığı yaşıyordu ki psikometri partneri bunun ne kadar doğru olduklarını ortaya çıkardı. Sırada onun hikâyesi vardır.

• MANTAR AVI •

Eşyalarımızı takas ederken küçük, tuhaf bir olayın yaşandığı Tampa atölye çalışmanızda izleyicilerinizden biri de bendim. Eşim ve ben eşyalarımızı tanımadığımız insanlarla takas ettik ve benim partnerim Çinli bir kadındı. O bana bileziğini verdi ve ben egzersiz sırasında sürekli mantarları düşündüm. *Ne kadar saçma*, dedim kendi kendime. O, Pennsylvania'daki aile çiftliğimizde var olan kusursuz bir kokuyu almıştı ve benim düşünebildiğim tek şey mantarlardı.

Sonradan öğrendiğime göre bu kadın meraklı bir mantar avcısıydı. Yanında oturan kayınpederi ona bir mantar toplama ekipmanı almıştı ve kadın bu ekipmanı henüz kullanmadığı için kendine çok kızıyordu!

~ Dave

İster kereviz olsun isterse mantar, önemli olan enerji akışıyla bilgi, anı ve tecrübe değişimidir. Bilinçli zihinlerimizin zırhlarını indirdiğimizde, bu akışın gerçekleşmesine olanak veririz. Bağlantılı olduğumuzun ve birbirimiz hakkında çok şey bildiğimizin

farkına varırız. Hepimizi birleştiren enerji dolu bağları görüp hissedebildiğinizde önyargılı ya da acımasız olmak çok zordur.

The Hidden Messages in Water adlı kitabında Dr. Masaru Emoto sözcüklerin de nasıl bu enerji akışını sağlayabildiğini ve neticede suyun moleküler yapısını nasıl etkilediğini gösterdi. Marylyn ve annesi de sözlerin ve kitapların dönüştürücü gücüne birinci elden tanık oldular. Sıradaki hikâye, spiritüel gözlerimizle okuduğumuzda neler olduğunu göstermektedir.

• SATIR ARALARINI OKUMAK •

Hayatının sonlarına doğru, annem artık normal yazı boyutunda basılmış kitapları okuyamamaya başladı. O dönemde ben sizin *Many Lives, Many Masters* adlı kitabınızı okuyordum ve o da normal yazı boyutundaydı.

Bir gün birlikte koltukta oturuyorduk ve ben kitabınızın sonlarına gelmiştim. Annem kitabı benden aldı ve sayfalarını çevirmeye başladı. Daha önce böyle bir şey yapmamıştı. Ama yazı boyutunun onun için fazla küçük olduğunu bildiğimden, ona okumamı isteyip istemediğini sordum.

"Hayır," dedi, "kendim okuyabilirim."

Okuyamayacağını biliyordum, o yüzden orada oturdum ve annemin yavaş yavaş kitabınızın sayfalarına dikkatlice bakmasını izledim. Sonunda kitabın sonuna ulaştı ve bana geri verdi. Yüzünde güzel bir huzur ifadesi vardı. Yalnızca sayfaları çevirerek kitabınızı okuduğunu biliyordum. Ve benim bildiğimi bildiğine dair tuhaf bir hisse kapıldım. Bu, annemle aramda harika bir bağlantı ânıydı.

~ Marylyn Calabrese

Kitaplarda, genelde baskıyı da aşan bir enerji vardır. Bazen, kendi kitaplarımdan birini imzaladığımda, bilinçli bir şekilde ismimle birlikte enerjimi de katmayı düşünürüm. Marylyn'in enerjisi kitabındaydı ve belki bunu annesi de hissedebiliyordu.

Mekanizma her ne olursa olsun, güzel bir bağlantı kurulmuştu.

Amy, bir çocuk ve bir ebeveyn arasındaki bir başka bağlantı ânından söz ediyor: bu kez oğlum Jordan ve onun kendi oğluyla.

• KAHRAMANLAR •

Kardeşim Jordan bir gün güneşli bir öğleden sonra Philadelphia'daki evinin yakınlarında kendi aracıyla ilerliyordu. O sırada yedi yaşlarında olan oğlu Travis ise arka koltuktaydı. Tek bir çıkış şeridi ve sonunda da trafik ışıkları olan kalabalık bir alışveriş merkezinden çıkıyorlardı. Onlarla birlikte çıkmak için bekleyen bir sürü araç vardı; trafik ağır ilerliyordu ve kuyruk uzundu. Beklerken Travis pencereden dışarı baktı ve yakınlarda yardım için para toplayan bir adam gördü. Jordan'a bunun ne olduğunu sorduğunda, Jordan adamın yeleğindeki bilgiyi okudu ve paranın kanserli çocuklara gittiğini söyledi.

Travis dinledi ve adama bir dolar verip veremeyeceğini sordu.

"Ah, bilmiyorum, Trav," dedi Jordan. Bunu hiç düşünmemişti; o da hepimiz gibi her gün sokakta, televizyonda, postada belirli bir amaç için para toplayan insanlar görmeye alışkındı. Bir doların yardımı olur muydu? Ayrıca paranın nereye gittiğini kim bilebilirdi? Üzerinde bir dolar olup olmadığından bile emin değildi ve aramak, emniyet kemerini çıkarmak, cebine uzanmak, cebindeki her şeyi ortaya dökmek, belki yere bozuk

para düşürmek anlamına geliyordu; bu zahmete değmezdi. Arkalarında pek çok insanın beklediği bir kırmızı ışıkta, durarak yol açacağı herhangi bir gelişme kuşkusuz bağrışmalara ve kornalara sebep olacaktı. Ve elbette o anda yeşil ışık yandı ve artık yapabileceği bir şey de kalmamıştı. Bunun üzerine, "Neyse," gibi bir şey söyleyip ilerlemeye başladı.

Sonunda alışveriş merkezinden ayrılıp altı şeritlik sıkışık trafiğin içinde kendilerine bir yer bulduklarında, Travis, "Ah, ama baba, kahraman olabilirdik," dedi.

Ve bunun üzerine, şimdi bulundukları yere ulaşmak için bekleyerek geçen onca zamanın ardından, bu kez adama biraz para verebilmek için bir U-dönüşü yapmak ve alışveriş merkezine dönmek, ardından da etrafından dolanıp tekrar aynı trafiğin içinde kalmaktan başka hiçbir seçenek yoktu.

Jordan yola koyulup bir yandan da dikiz aynasından baktığında, Travis'in heyecanla yumruğunu havada savurduğunu ve "Evet" diye fısıldadığını gördü.

~ Amy Weiss

Kahraman olmak müthiş bir eylem ve binlerce insan gerektirmez. Basit bir şefkat eylemi de yeterlidir ve bunların sonucu tüm dünyaya ve ötesine yayılır. Yardım ve şefkat asla hafife alınamaz. Her şey enerjidir ve merhamet enerjisi diğer hepsini kapsar. Tıpkı atmosfere güzel ses dalgaları fırtınası gönderen bir çan çalması, göle atılan ve tüm kıyıya halkalar gönderen bir taş gibi bu da bir rezonans oluşturur. Şefkat eylemi evrenimizin kıyılarına ulaşabilir. Ve bazen çocuklar en iyi öğretmenlerimiz olurlar.

Jordan'ın hikâyesi, oğluyla birlikte arabada giderken ona öğreteceği özel bir dersi olan özel bir andı. Bunu duyduğumda, bir nesil önce, ben baba ve Jordan çocukken arabada yaşadı-

ğımız benzer bir olayı düşünmeden edemedim. O zaman ders bana sunulmuştu. Yetişkinler olarak dünyaya dair bu güzel, bilge içgörüleri unutma eğiliminde oluruz, ama çocuklarımız her zaman bize bunları hatırlatan araç olacaklardır. *Through Time into Healing* adlı kitabımda o hikâyeyi şöyle anlatmıştım:

"Yıllar önce, hastalarla geçen on saatlik bir günün ardından, ofisimdeki sallanan sandalyede meditasyon yaparak rahatlamaya başlamıştım. Yalnızca birkaç dakika sonra, zihnimde belirli herhangi bir düşünce olmaksızın derin bir evredeyken kafamın içinde patlama gibi bir ses duydum. Bu, telepatik bir trampetti ve tüm bedenimi sarstı.

'Onu yalnızca sev!' diye gürledi ses. Ânında ayıldım. Mesajın Jordan'ı, oğlumu kastettiğini biliyordum. O dönemde Jordan her genç gibi isyankar bir ergendi, ama ben bütün gün onu düşünmemiştim. Belki de bilinçaltında onun davranışlarıyla nasıl baş edeceğim düşünceleriyle boğuşuyordum.

Bir hafta sonra çok erken ve havanın hâlâ karanlık olduğu bir sabah, Jordan'ı okula götürüyordum. Sohbet etmeye çalıştım, ama o bana tek heceli yanıtlar vermeyi seçiyordu. Suratsız bir hali vardı.

İki seçeneğim olduğunu biliyordum; sinirlenecek ya da umursamayacaktım. Mesajı hatırladım: 'Onu yalnızca sev!' Ve ikinci seçeneği seçtim.

'Jordan, seni sevdiğimi unutma olur mu?' dedim onu okula bıraktığım sırada.

Beni şaşırtan bir yanıt verdi: 'Ben de seni seviyorum.'

O anda onun aslında kızgın ya da suratsız olmadığını, yalnızca henüz ayılmamış olduğunu fark ettim. Benim kızgınlık algım yalnızca bir illüzyondu.

Kırk beş dakika uzaklıktaki hastaneye doğru devam ettim. Kili-

seyi geçtiğimde, güneş ağaçların tepelerinde henüz yükseliyordu ve bir bahçıvan çimleri kesiyordu.

Aniden büyük bir huzur ve neşe duydum. Kendimi son derece güvenli hissettim; dünya kusursuz bir düzen içinde gibiydi. Bahçıvan, ağaçlar ve gördüğüm diğer her şey aydınlıktı ve parlıyordu. Neredeyse içlerini görebiliyordum; her şeyin şeffaf, altın gibi bir niteliği vardı. Herkesle ve her şeyle bahçıvanla, ağaçlarla, çimlerle, gökyüzüyle, bir ağaca tırmanan sincapla bağlantılı olduğumu hissettim. Korku ya da anksiyete kesinlikle yoktu. Gelecek müthiş bir biçimde net görünüyordu... kusursuz.

Diğer şoförlere tuhaf görünmüş olmalıyım.Onlar içinde bir tür uzak, evrensel bir sevgi duydum. Diğer şoförler yolumu kesip önüme geçerken bile onlara yalnızca el salladım ve gülümsedim. Bu insanların neden böyle bir telaş içinde olduklarını merak ettim. Zaman durmuş gibiydi. Kendimi son derece sabırlı hissettim. Öğrenmek ve sevmek için buradayız. Bunu net bir şekilde görebiliyordum. Başka hiçbir şeyin önemi yoktur.

Ben hastaneye giderken nesnelerin aydınlığı ve şeffaflığı devam etti. Bağımsız bir sevgi dolu şefkat, huzur ve neşe evresi de öyle. Sabır, mutluluk ve diğer her şeyle bağlantılı olma duyguları da.

Mesaime başladığımda bu evre beni bırakmadı. O sabah hastalarımla hiç olmadığı kadar motiveydim, özellikle de daha önce görmediğim iki yeni hastamla. İnsanların içinde ve etrafındaki ışığı algılayabiliyordum: Herkes parlıyor gibiydi. Hayattaki her şeyin nasıl bağlantılı olduğunu tecrübe edebiliyordum. Tehlike diye bir şey olmadığından, korkuya gerek olmadığından emindim. Her şey birdi.

O sabah Jordan'ın varlığı, basit bir sevgi bağı ve benim varsayımlar üzerine aldığım önemli dersle birlikte, yüreğimi açmış, içimde tamamen aşkın bir tecrübenin, gökyüzüne,

çimlerin aralarına ve aradaki diğer her yere yayılan bir tecrübenin yeşermesine neden olmuştu. Belli ki o nasıl kahraman olunacağını iyi biliyordu."

.12.

Spiritüel ve Mistik Deneyimler

Mistik ya da spiritüel fenomenler insanlara diğer tarafa "gerçek" dünyaya dair bir ipucu sunar. Bunlar meditasyon, dua, doğa, ölüme yaklaşma deneyimleri ve daha pek çok şekilde gerçekleşebilir. Bazen uyku esnasında, rüyalarda ve uykuya dalmadan ya da uyanmadan hemen önce, bilince erişilmeden önceki süreçte gerçekleşirler. Bizi bu tip aşkın anlara getiren bu alışkanlık ve kalıplar bir insanda etkili olurken diğerinde olmayabilir. Sizin için etkili olan yolu bulmanız önemlidir. İlaç kullanımı halüsinasyona neden olanlar ya da diğerleri bu yüksek seviyelerle suni bir karşılaşma sağlayabilir, ama bu durumda doğasına dair herhangi bir anlayışa erişilmez. Bu ve daha pek çok sebepten ötürü bu evrelere ulaşmak için ilaç kullanımını tavsiye etmem.

Bu tip diğer dünya tecrübelerinin bize sağladığı ipuçları son derece değerlidir, çünkü onlar zihnin ve benliğin gerçek doğasına dair içgörüler sağlarlar. Bu tip içgörüler, bedenin ötesinde, beynin ötesinde varoluşun kalıcılığını gösterir. Bizim aydınlanmaya erişmemize yardımcı olurlar. Her zaman var olan, her zaman doğru olan sürecin (ya da Tao'nun ya

da akışın) bilgeliğini ve güzelliğini gösterirler. Bu süreç, belki kutsal bir eylemle bizi tekrar kaderimize döndürmek ve buraya öğrenmek üzere geldiğimiz dersler konusunda yardımcı olmak için bize ulaşan kutsal bir mevcudiyetle yönlendirilirler. Bu bölümdeki hikâyeler dünyevi ve dünyevi olmayan çeşitli deneyimlere örnekler sunarlar, ancak tüm yollar hep aynı yere çıkar: ruhumuzun özüne dair hayat dönüştürücü bir tanıma.

Mistik ya da spiritüel olayın bazı nitelikleri, var olan her şeyle bir birliktelik, her şeyi bağlayan bir enerji hissidir. Bir zamansızlık, sonsuz bir sabır hissi vardır. Böyle bir olayın anlayışıyla birlikte, kişinin karşılığında hiçbir şey beklemeden başkalarına uzanma ve yardımcı olma ve her insan ve her duruma nezaket, şefkat ve hoşgörüyle yaklaşma becerisi artar. Huzur vardır. Neşe ve mutluluk vardır. Ayrıca çoğu zaman artmış sezgisel beceriler ve psişik ve şifa becerileri gibi beş duyunun kullanımıyla bilinemeyecek şeylere dair bilgi vardır. Bu, tüm spiritüel gelenekler için geçerlidir.

Ancak en önemli karakteristik özellik, sevgidir. Bu, romantik ya da belirli bir sevgiden çok, koşulsuz bir sevgidir. İnsan, bu tip sevginin uzun soluklu, ebedi olduğunu ve insan doğasının ya da yeryüzünün yasalarına tabi olmadığını fark eder. Asla kaybolmaz; evrensel bir bileşendir. Bunu açıklamak için, bir annenin bebeğine duyduğu sevgiyi ya da bir insanın evcil hayvanı için olan sevgisini düşünün; çocuğun ya da hayvanın ne yaptığı fark etmez. Bu, çok daha derindir. Engindir. Koşulları yoktur. Sınır tanımaz.

Biz de öyle.

• INDRA'NIN AĞI •

Bir gece, Austin, Teksas'ta katıldığım profesyonel bir eğitim esnasında, eşi benzeri olmayan bir rüya gördüm.

İçinde, Dünya'nın yüzeyine doğru ve yüzeyinden üzerindeki dış Evren'e ışık hızında seyahat eden milyonlarca sekizgen disk şeklindeki objeden biriydim. Dünya'dan bu gezegene dair bilgilerle ayrıldığımızda, huni şeklinde, girdaba benzer bir açıklığa yaklaşıyor ve içine girdiğimiz anda dönmeye başlıyorduk. Uzun tüpten geçip Evren'e girdiğimizde tekrar düzeliyor ve diğer uçtan çıktıktan sonra, milyonlarcamızdan oluşuyor gibi görünen bir battaniyede diğerleriyle kesişip buluşuyorduk. Sonra bilgimizi boşaltıyor ve girdaptan geçip Dünya'ya dönüyor ve daha çok bilgi alıyorduk. Bu kalıp defalarca tekrar etti.

Bu rüyadan, çok belirli bir hareketi yaparak uyandım. Bu el hareketi, rüyanın sonunda bana Dünya'nın üzerindeki battaniye ya da ağla bir iletişim aracı olarak verilen şeyi alırken yaptığım şeydi. Görsel ve duygusal içeriğimi ağla bağlayan ve sonra ayıran bir hareket vardı. Bu el hareketlerini bu ağla bağlanmak ve daha sonra o ağdan ayrılmak için kullanıyordum.

Ağın Evren'in tüm bilgilerini içinde barındırdığı ve benim sağlamam gereken şeyin duygusal bileşen olduğu açıktı. Örnek olarak rahatsız edici bulduğum bir düşüncem varsa ağla bağlantı kurup ağın bu duyguyu hissetmesine izin veriyor, sonra bağı koparıyordum.

Başta yalnızca iyi şeylere bağlandım, ama kısa sürede ağın eleştirel olmadığını, iyi veya kötü düşünceyi değerlendirmediğini fark ettim. Bunun üzerine insan durumu hakkında iyi veya kötü, sıra dışı olduğunu düşündüğüm her şeyi iletmeye başladım.

Şimdi, şiddetli akıl hastalığı olan insanlarla çalıştığımı

(özellikle şizofreni hastalarıyla) eklemek ve anlattığım türden şeyleri gören bir insanın psikotik ya da delüzyonal olduğunu söylemek isterim. Ancak rüya oldu, bilgiler alındı ve doğru veya yanlış, bunu açıklamam gerektiği söylendiğinden bunu yapmak zorunda olduğumu hissediyorum. İnan bana, bunu yazdığım sırada burada oturmuş başımı iki yana sallıyorum.

Rüyayı gördükten sonraki sabah, uyandım ve bunu eşime aktardım. Bu noktada, bunun nasıl bir duygu olduğunu anlatmama izin verin. Hayatınızda bir uçurumdan atladığınız ya da çok yüksekten kendinizi sulara bıraktığınız oldu mu? Bunu ilk yaptığımda, karadan uzaklaşmış olmanın verdiği mutlak çaresizlikle birlikte inanılmaz bir heyecan hissettim. Dr. Weiss'la geçen haftanın olayları bu noktada böyle bir duygu yaşatmıştı. Son derece sağlam bir sıçrama tahtasındaydım ve birkaç kez zıplamıştım; ancak sonunda tahtadan ayrıldığımda bir daha dönüş yoktu. Duygularım mutlak ve tam bir hayranlıktan paniğe kadar karmakarışıktı.

O gün, mola sırasında kahve arayışı içindeydim ve binanın yan tarafına gittiğimde Brian ve Carole'la karşılaştım. Carole nazik bir şekilde tecrübemle ilgilendiklerini söyledi ve onlara anlatmamı istedi.

Bu tip şeyleri sürekli duyduklarından ve benim yaşam değiştiren bir olay olduğunu düşündüğüm şeyin onlar için muhtemelen sıradan olduğundan emin olduğumdan kısaca anlattım. Ancak samimi bir şekilde ilgilendiler ve Brian, Hindistan tarihinde, dünyanın üzerindeki bir ağla ilgili bir şey duyduğundan söz etti. Bunun elbette Indra'nın Ağı olduğunu öğrendik ve internette bu konuda okuduğum anlatımlar benim tecrübemle oldukça benzerdi. Brian, ayrıca ağla olan iletişim sürecinin bana verilen bir armağan olduğunu söyledi. Ben bunu bu şekilde düşünmemiş, daha çok bir zorunluluk olarak görmüştüm. Şimdi bu ikisinin

zıt olması gerekmediğini ve bir zorunluluğun gerçekten de bir armağan olabileceğini fark ettim.

Seminer bana Brian'a ve regresyon bilgisini saklı tuttuğu yıllarda hissetmiş olduğu duygulara dair derin bir anlayış kazandırdı. Onun gibi, ben de tecrübelerimden çoğu insana söz etmedim şu âna kadar, elbette. İlginç bir şekilde, anlattığım insanlarsa Batı organize dininin sınırlarının ötesinde bir farkındalıkla karşılık verdiler. Seminer ve bu tecrübenin benim küçük güvenli sandalımı salladığını söyleyebilirim. Ama onun sallanması gerekiyordu, biliyorum ve bunun için ne kadar minnettar olduğumu anlatamam. Gidecek çok yolum var, ama en azından artık yoldan korkmuyorum.

~ Raymond Wilson

Raymond, spiritüel yolunda hızla ilerlerken eşzamanlı olarak kendi tecrübelerinin ayrıntılarını paylaşmakta ve bu şekilde başkalarına kendi yollarında yardımcı olmaktadır.

Teksas'taki o gün, Carole ve ben arka verandada mola verirken Raymond kahve arayarak yanımıza geldi. Sonra hakkında hiçbir şey bilmediği Indra'nın Ağı imgesini ve kavramını net bir şekilde anlatmaya başladı. Samimi bir şekilde, onun düşündüğü tuhaf olduğuydu ve bize tüm şeylerin ve tüm varlıkların holografik geçişim ve karşılıklı bağlılık hakkında iki bin beş yüz yıllık bir kavramı anlattı. Her ne kadar Raymond son derece ayakları yere basan bir insan olsa da anlattığı şey Dünya'dan olabildiğince uzaktı. Bu eski Hindu ve Budist kavram ve imgelerinin, modern partikül fiziğinin bulgularıyla doğrulandığından habersizdi.

"Tuhaf" olan, Raymond'ın eski imgelere bu kadar net bir şekilde ulaşma becerisiydi, tıpkı Nikhil'in taç giyme töreninin

olduğu regresyonunda bin yıllık Shaivite sembolünü görüp çizebilmesi gibi. Gerçekten tuhaf olan kısım ise büyük olasılıkla anlattığı şeyin ne olduğunu anladığımda yüzümde beliren şok ifadesiydi.

O Teksas eğitiminin sonunda, yaşadıklarımın bir kısmını yazmıştım. Raymond'ın regresyonlarından biri olan kozmik bilinç anısı hakkında yazdığım bir parça buldum. Onun uzak bir geçmiş ya da geleceğin dünyasına tepeden bakan bir "örtü bilincinin" parçası olduğunu hatırladım. O bu örtüde yalnız değildi; başka spiritüel varlıklarla birlikte olduğunu ve hepsinin bir şekilde birbirlerine bağlı olduğunu biliyordu. Raymond, bu gezegenin ruhların büyümesini hızlandırma becerileri konusunda nötrdü. Dünya siyah ve buzluydu, ama örtünün dokusunu ve doğasını belirlemek üzere aşağı gönderildiğinde, Dünya'nın katı buz değil, daha yumuşak, daha esnek bir şey olduğunu keşfetti. Ve bunun spiritüel yaşamı sürdürme potansiyeline sahip olduğunu bildiğinde, o ve tüm bilinç mutlu oldu.

Ardından evrimin yaşam döngüsünden geçti. Önce, tekhücreli varlıklardan biriydi; okyanusta deniz salyangozu gibi ama daha minik bir organizma olduğunda, çok heyecanlandı. Bu organizma kamçısını ya da tümseğini su seviyesinin yukarısına uzattı. Bu onu ve bilinci başka bir evreye taşıyan son derece önemli bir evrimsel adımdı. Bu deneyim Dünya'daki evrimin başlangıcı mıydı, yoksa bu gezegenin yeniden oluşumunun gerçekleştiği uzak bir gelecekte miydi, bilinmiyor.

Raymond, tecrübesine dair benim ilk izlenimlerimi netliğe kavuşturan şu açıklamayı gönderdi:

"Regresyon başladığında, zamanlar ve yaşamlar arasında savrulmaya başladım. Bu, ışık hızında ilerledi. En çok, bitiş yazıları

klik, klik diye hızlı bir şekilde geçerken parlayan ışıklarla, lisede gösterilen filmlere benziyordu. Bir diğer kıyaslama, o dönemde, dikey kontrol ayarlayabildiğiniz ve ekranın her sahne arasında bir şeritle döndüğü bir televizyon olabilirdi. Regresyonum bu şekilde oluştu.

Zihnimde, her sahnenin bir hayat olduğunu ve geriye doğru gittiğimi biliyordum. Film yavaşladı ve denizin zemininde gömülü karanlık ve yosun benzeri bir bitki örtüsüyle primordiyal bir okyanusta son buldu. Ben, saç gibi tek bir uzantısı olan tekhücreli bir yaratıktım ve bu yosunlardan birinin sapındaydım. Yukarıdaki ışığı görebiliyordum ve ona doğru ilerlemeye başladım. Suyun yüzeyine ulaştığımda, kamçımı havaya kaldırdım ve o anda az önce yaptığım şeyin yeni ve gelecek için önemli olduğunu bildim. Önemini tam olarak bilmiyordum, ancak evrimle bağlantılı görünüyordu ve net bir yeni yaşam ve gelişme hissi vardı. Güvende ve bağımsız hissettim ve etrafımdaki diğer yaşam formlarından habersizdim.

Regresyonun sonlarına doğru, insan yaşamından önceki okyanus suyunda olduğuna dair hiçbir kuşkum yoktu. Hâlâ bunu nasıl yorumlamam gerektiğini bilmiyorum, ama bunun zamanda önemli olduğunu biliyorum ve onu saklıyorum."

Bedenlerimiz bu fiziksel boyutla kısıtlanmış olabilir, ama zihin ve ruhlarımız kısıtlanmamıştır. Hem regresyonunda hem de rüyasında, Raymond kendine bu dünyanın ötesine ve yukarısına gitme şansı verdi; bunu yapmak ona varoluşa dair evrensel bir perspektif sağladı. Aynı şey, bir sonraki hikâyede tanışacağınız Marcia için geçerliydi. İnsan yaşamını iyileştirmek için insan olmayan kökenini ortaya çıkarması gerekti.

Ruhlarımız yıldızlar kadar engin ve sınırsızdır.

• EKSİK PARÇA •

Kırklı yaşlarının sonlarında hoş ve çekici bir kadın olan Güney Amerikalı Marcia soğuk bir kış günü ilk seansı için ofisime geldi. Çocukları sevse de hiçbir zaman çocuk sahibi olmak istememişti ve bunun geçmiş bir yaşamla ilişkisi olup olmadığını merak ediyordu. Sık sık sindirim sorunları yaşıyordu; bu, onun hayatını ciddi anlamda etkilemiyordu ve halihazırda doktor kontrolü altındaydı, ama bunun da önceki zamanlara dayanan bir şey olabileceğinden kuşkulanıyordu. Her şey nispeten iyi göründü ve ben hipnozla, onu seansa getiren konuları doğrudan doğruya keşfedebileceğimizi hissettim.

Başlamaya hazırdık ki Marcia bir anda sık sık gördüğü bir rüyadan söz etti. Bu rüyada, üç güneşi olan çok güzel bir gezegenden dünyadışı bir varlıktı. Her zaman ardında onu takip edemeyecek birini bırakıyordu; bunun kim olduğunu asla göremiyordu ve her seferinde boğucu bir hüzünle uyanıyordu. Marcia konuşurken koltuğa oturdu, ama bu sırada bana değil, pencereden dışarı, uzaklara bakıyordu. Depresif değildi, ama rüyayı anlatırken içinde yavaş yavaş çok eski, kelimelerle ifade edilmesi mümkün olmayan bir üzüntü çözülüyor, kâğıt inceliğinde bir çiçek yapraklarını açıyor gibiydi. Çok daha şaşırtıcı ve yabancı bir özlem, bir yuva hasreti vardı, ama bu yuvanın nerede olduğunu bile bilmiyordu. Marcia başarılıydı, hayatından keyif alıyordu ve çok sevdiği kocasıyla mutlu bir evliliği vardı. Ancak eksik bir parça var gibiydi. Bu farkına varmaya başladığı bir ruh eşi ilişkisi miydi? Varlığı ona hayal meyal gelen parçalarda netleşiyordu, ama bunlar, her hayali parçalarda olduğu gibi, öyle belirsiz ve pusluydu ki sık sık onu eksik bırakıyorlardı. Buraya ait değilmiş gibi hissettiğinden söz etti mi, yoksa bu

gözlerinden, pencereden dışarıya, bu ofisin ötesindeki bir şeye bakışlarından mı anlaşılıyordu, emin değilim.

Marcia'ya regresyon yaptım ve kolaylıkla, çocuk sahip olma konusundaki isteksizliğini ele alan bir hayata gitti. Bu hayat ona aradığı yanıtları verdi ve Marcia aldığı yanıtlarla memnun göründü; bunun üzerine devam ettik. Hemen, hiçbir ara olmaksızın Marcia bir başka hayata geçti. Burada, üç güneşi olan güzel bir gezegende dünyadışı bir varlıktı. Ondan bedenine bakmasını istedim, ama o hızla beni düzeltti: "Bedenler önemli değildir." Halkı, başka topraklardan gelen, kendini tamamen şifaya adamış ve kökenlerini gözleriyle yansıtabilen bir grup bilge varlık tarafından ziyaret edilmişti. Marcia bunlara tutundu, onlar ona metalleri kullanarak başkalarını nasıl iyileştirebileceğini öğretirken Marcia da onların bilgi ve bilgeliklerini özümsedi. "Onlar bizden çok daha yüksekler. Biz onlara kıyasla cahiliz," diye açıkladı ziyaretçilerin sevgi ve zekâlarının derinliğinden söz ederken. Onlar, Marcia'nın deyimiyle, "insan bedeni olacak şey" üzerinde çalışıyorlardı. Bu varlıkların engin sevgileri ve spiritüelliklerinde boğulan Marcia, gezegenini terk edip insan olmayı düşündü. "Halkım çok eski bir soyun sonuncularıydı ve insanlara dönüşebilen tek varlıklar bizlerdik," dedi. "Diğerleri yaratanlardır." Marcia onlara bütünüyle güvendi ve her zaman bir serüvene hazırdı, ama evini çok sevdi ve ayrıntıların farkında olmasa da rüyasında eksik olan parçanın oradaki hayatın bir parçası olduğunu biliyordu. Onun varlığını tekrar etrafında hissetmek ve onların, o anda, ayrı olmadıklarını bilmek ona heyecan verdi. Bu, asla geride bırakamayacağı bir şeydi.

Marcia bir anda yoğun bir kedere boğuldu. Savaşçıya benzer varlıklar gezegenini işgal etmişti ve varlıkların özünü heykel ve idollerin içine hapsediyor, kontrolü ele geçirirken korkunç bir

yıkıma yol açıyorlardı. Teslimiyet içinde ve iyileştirme bilgisine sahip olduğundan, "Şimdi Dünya'ya gitmek zorundayım. Yardım etmek zorundayım," dedi. Sonsuz sevgiyle dolu gözleriyle o dâhiyane şifacıların projesi olan Dünya'nın gerektiği gibi olmamış olması onu üzüyordu. "Böyle olmayacaktı. Bu benim umduğum şeyden çok, ama çok farklı," dedi.

Marcia'ya bir kez daha onu rüyalarında ziyaret eden varlığı sordum. Bu kez tereddüt etmedi. "Bizler birin ikisiyiz. Ya bir bütün olmayı seçersin ya da birin ikisi. Bu yalnızca tecrübe için seçildi ama insani anlamda değil, daha çok bir ayna gibi, kendi yüzünü görebileceğin bir şey. Bu benim bir parçam, ama aynı zamanda benden ayrı." Marcia iç geçirdi. "Bu, daha güçlü olan parçaydı. Daha çok bir hayalperest gibiydim." *İlginç,* diye düşündüm. *Işık yılları ve ömürler boyunca hep bir hayalperest.*

Marcia'nın sesi pişmanlıkla yoğunlaştı: "Dünya'ya dürtüsel bir kararla geldim! Yalnızca yardım etmek için. Ve şimdi sıkışıp kaldım. Ve bu parçadan sonsuza dek ayrıldım. Benim parçamdan." O, Marcia'nın peşinden dünyaya gelemedi; Marcia ona dönemedi. Her türlü ayrılığın üzüntüsü yoğundur, ama ebedi bir ayrılığa tahammül etmek imkânsızdı. Sevdiklerini hastalık ve ölüme, boşanma ya da mesafelere kaptırmış hastalarla çalışmaya alışkındım. Bu olaylar ne kadar zor olsa da onlarla çalışabiliyorduk. Ama Marcia'nın yaşadığı şey karşısında çaresizdim: kişinin benliğinden sonsuza dek ayrılması. Onun bir saat önce ofisimde oturmuş, pencereden dışarı bakarkenki halini düşündüm; şimdi aradığı şeyin ne olduğu ıstıraplı bir şekilde ortadaydı. Bu parça hakkında ayrıntılar vermesini istedim: Bu hayatta yapabileceği, o parçayla yeniden bağlanmasına ya da bu ayrılıkla baş etmesine yardımcı olabilecek herhangi bir şey var mıydı? "Yalnızca anılara tutunmak," dedi donuk bir sesle. Kendinin de inanmadığı açıktı. Her ne kadar Marcia çaresizce bu

diğer parçanın ne olduğuna dair daha iyi bir hisse erişmek istese de bu imkânsızdı. Onu görememesi bir yana, onsuz, Marcia'nın deyimiyle, kendini, kendi yüzünü de asla göremeyecekti.

Seansı böyle üzücü bir şekilde bitirmekten hoşlanmadım. Bu yüzden Marcia'yı babamın iyileştirici hayallerinden birine götürdüm. Burada Marcia kristallerle dolu bir tapınağı ziyaret etti. Bunun, onun regresyonla oluşan duygularından arınmasına ve ona rica ettiği üzere sindirim sorunu konusunda içgörü sağlamasına yardımcı olabileceğini düşündüm. Bu meditasyon hastanın konuşmasını gerektirmez, bu yüzden Marcia'ya birkaç derin nefes almasını ve sesimi dinlemesini söyledim. Yüzü ve bedeni gözle görülür biçimde gevşedi. Bu meditasyonda, bilge bir öğretmen ya da kılavuzun hastaya eşlik ettiği, sonra da fiziksel durumunun kaynaklarından bazılarını aydınlatmaya yardımcı olacak büyük bir film ekranının belirmesini sağladığı bir nokta vardır. Marcia'nın ekranı izleyerek zaman geçirmesi için burada birkaç dakika bekledim ve her ne kadar Marcia sessizliğini korusa da görüntülerin içinde derin bir evrede olduğu açıktı. Ben sandalyeme yaslandım ve sonunda ben de birkaç derin nefes aldım. Uzun ve yorucu bir gün olmuştu.

Sonra aniden, hiçbir uyarı olmaksızın Marcia'nın tüm benliği neşeyle doldu. Gözlerinden yaşlar akıyordu, ama o gülüyordu. Ben sandalyemde hızla doğruldum. Ne olmuştu? Böylesine duygusal bir deneyimi bölmek istemediğimden duygularının yatışmasını bekledim, ama giderek şiddetleniyor gibiydiler. "Ne yaşıyorsun?" diye sordum sonunda. Ama sanki bir hastayla değil de parlayan bir enerji topuyla konuşuyor gibiydim.

Marcia'nın hissettiği her ne ise bunu sıradan, dünyevi sözcüklerle yorumlayabilmesi birkaç dakika aldı. "Kılavuzum," dedi, "o bana gösterecek! Film ekranında!"

"Sana gösterecek mi? Sindirim sorununun nereye dayan-

dığını mı?" diye sordum. Bunun onda neden böyle güçlü bir tepkiye yol açabileceğini anlamamıştım, ama her ne oluyorsa ona izin vermeye hazırdım.

"Hayır, hayır." Marcia sallanan sandalyede doğrulurken sanki neşeyle sıçrıyordu. Şimdi karşımda oturan tamamen farklı bir insan gibiydi. Ofisime geldiğinde sessiz ama halinden memnun biriydi; insan olmanın ne anlama geldiğini keşfederken varoluşçu bir yas ve hüznün derinliklerine dalmıştı; ama şimdi kolları önünde spontane bir biçimde havalanıyor, onun süzüldüğü izlenimini veriyorlardı ve o bir mutluluk dalgası yayıyordu. Bu daha önce gördüğüm hiçbir şeye benzemiyordu: mutluluk, aşkın ve saf, içinde patlayan bir mutluluk. Birazdan olacağını bildiği şey yüzünden içindeki heyecanla bir çocuk gibiydi, ama aynı zamanda fiziksel formunda ötesinde, ne bir yetişkin ne de bir çocuktu. Yalnızca sevgi dolu, büyük ve o çok sevdiği güzel gözlü varlıkların yanındaki bir ruhtu. Marcia, sanki şu anda bir insan bedeninin, bu küçük, geçici kabuğun içinde olamayacak kadar büyük, derin ve sonsuzmuş gibi ellerini kalbinin üzerine götürdü. "Bir kereliğine tüm benliğimi görmeme izin verecek. Bana gösterecek," diye fısıldadı, "eksik parçamı gösterecek."

Tek kelime daha etmedim. Marcia'ya keşfettiği şeyle ilgili sorular sormamak zordu, ama bunu yapmanın onun bu olağanüstü buluşmasını bölerken yalnızca kendi entelektüel merakımı tatmin edeceğini düşündüm. İyileşmenin gerçekleşmesi için olan biteni bana açıklamak zorunda değildi; yalnızca orada olmalı, onu yaşamalıydı. Yıllar önce bir başka gezegende Marcia bir parçasını bulmuştu. Bu gezegende tam da o gün huzur buluyordu. Ve önemli olan tek şey buydu.

~ Amy Weiss

Varoluş bizim bilebileceğimizden çok daha muazzam ve mucizevidir. Her daim yeni evrenler yaratılışa karışır. Enerji ve kuvvetler bizim algımızın ötesinde var olurlar. Sanki bir köpek ıslığı duymaya çalışırız, ama ses titreşimleri sessizce, bizim işitme aralığımızın dışında ilerler. Ve sonra bir de rakamların ötesinde, sonsuzluğa uzanan fiziksel olmayan âlemler vardır.

Ruhlarımız bu âlemlere girebilir. Bizler üç güneşli dünyada yaşadık ve o bilge varlıklar olduk. Ama kökenimizi unuttuk. Zamansızlığı, sonsuzluğu nasıl idrak edebiliriz? Ruhlarımız bilir. Hepimizde eksik bir parça var. O parça bizi spiritüel yolculuğumuzun sonunda bekler. Orası yuvadır.

Ölüm, sık sık daha parlak, daha üstün ve çok daha canlı bir başka boyuta pek çok seviyesi olan daha yüksek bir boyuta geçiş olarak tarif edilir. Bilinç genişler ve çok algılı olur. Bu, eski siyah beyaz televizyonların kısıtlamalarından üç boyutlu, modern televizyonların yüksek çözünürlüklü renklerine geçiş yapmaya benzer.

Ama reenkarnasyon dünyayla sınırlı değildir. Ruhlar tüm evrenlerde okullara katılırlar. Görünüşe bakılırsa ruhlar her evrende ve her boyutta aynıdır. Ruhlar ruhtur. Ancak fiziksel bedenler, içlerindeki ruhların benzerliğine rağmen ciddi anlamda farklılık gösterirler. Ölümden sonra, tüm ruhlar o daha yüksek, çoklu-seviye evrelerine girdiklerinde, onlar için en rahat olan düzlem ya da titreşime çekilirler. Bir kez daha buluştuğumuz yer orasıdır. İleri öğrenme gerçekleşir. Reenkarnasyonal planlama başlamıştır.

Marcia'nın büyük olasılıkla rüyasındaki varlıkla bir kez daha karşılaşacağı yer de orasıdır. Onlar için reenkarne olma vakti geldiğinde karmik çekim onları bir kez daha farklı dünyalara çekse de ayrılıkları yalnızca geçici olacaktır. Sonunda yeniden doğumlar döngüsünden özgür kaldıklarında bir daha

asla ayrılmayacak, asla reenkarnasyon kuvvetleri tarafından ayrı yerlere çekilmeyeceklerdir.

Elbette, özünde her şey bir ve bağlı olduğundan ayrılık yalnızca bir illüzyondur. Tüm ruhları tarifi imkânsız tek bir kaynaktan gelirler. Ancak illüzyonumuz çok eski ve çok güçlüdür, dolayısıyla en yakın ruh eşimizde, diğer yarımızla yeniden buluşmamız ertelenmişse, bunun kaçınılmaz olduğunu ebedi olduğunu bilmek iyi bir şeydir.

Bizler fiziksel formdayken daha yüksek evrelerdeki bu varlıklar bize görünebilirler mi? Sıradaki iki hikâye görünebildiklerini söylüyor ve elbette görünebilirler.

• YOL KENARI YARDIMI •

Yakın geçmişte bir yaz mevsiminde Chicago'daki atölye çalışmanızda öğrendiğim ve kitaplarınızda okuduğum keşifleriniz benim arabaya binme korkumu hafifletmeye yardımcı oluyor. Ben korkunç bir yolcuyum. Daha iyi bir şoförüm, çünkü o zaman kontrol bende ve bazı insanların aşırı olduğunu düşündükleri bazı tedbirler alabiliyorum.

Kendime adil olmak açısından söylemeliyim: Bir keresinde anayolda saatte yüz otuz kilometre hızla giden bir kamyonet arabama çarptı. Mucizevi bir şekilde yara almadım. Arabam pert oldu; benim kaşım bile kanamadı. "Bir şeyin" beni koltuğumda tuttuğuna eminim. Kazadan bir salise sonra başımı öne eğdiğimi ve bedenimin zangır zangır titrediğini görünce yüksek sesle, "Bu kötü," deyip hâlâ koltuğumda nasıl oturabildiğimi merak ettiğimi hatırlıyorum. Ve sonra her şey bitti ve ben iyiydim.

Arabam sonunda dönmeyi bırakıp durduğunda, ben oto-

yolun diğer tarafında, karşıdan gelen araçların arasındaydım. Bir adam pencereme koştu ve "Vitesi boşa al," dedi, ben de yaptım. Beni emniyet şeridine itti ve bir dakika sonra otoyolda yanımdan arabalar jet hızıyla geçmeye başladı. Ve sonra adam kayboldu. Hiçbir araba yoktu; etrafımda yürüyen bir yaya da yoktu. O bir anda ortadan kayboldu.

Kitaplarınızı okumak olayı daha farklı kuşkusuz daha az korkuyla değerlendirmeme neden oldu. Bu hayatta öğrenmem gereken bir ders olduğunu bilmek, hayatımda "neden" sorularının daha fazlasını kabullenmeme yardım etti.

~ Robin

Robin'in hikâyesi bana, ciddi bir tehlike ânında bir meleğin ya da kutsal bir varlığın ortaya çıktığı ve kişiyi güvenli bir yere taşıdığı pek çok olayı anımsattı. Bunlardan biri de sıradaki hikâyedir. Robin'in "meleği" diğer taraftan mı gönderildi, yoksa sıkıntı ânında yardımına koşan sıradan bir insan mıydı, bilmiyorum. Ama ikisi arasında fark var mı sizce?

Robin ve Asia için gerçek etki ânı araçları çarpıştığı anda değil, önemli spiritüel bir hakikatle yüz yüze kaldıkları anda yaşandı. Bizler her zaman korunuyoruz, her zaman birilerinin eli üzerimizde ve her zaman güvendeyiz. Bunu fark etmek için bir kriz yaşamanız gerekmez. Bazen tek bir hikâye yeterlidir.

• TEKRAR SEVGİYE DÖNÜŞ •

Muhafazakâr bir Hıristiyan ailede yetişmek, ailemden farklı olan inançlarımın sürekli olarak nefretle karşılanması demekti. Aile normlarından sapmaya neden olabilecek tek bir düşünce

bile içimde ciddi bir korku yarattı. Ailemin en küçük çocuğu ve tek kızı olarak, ailemin Hıristiyan zihniyetinin çok dışında olan şeyler bildim ve yaşadım. Üç yaşındayken melekler, hayvanlar ve kılavuzlarla iletişim kurmanın keyfini yaşadım. Spiritüel dünyam ile ailemin Hıristiyan mirası arasındaki uçurumu genişleten, benim güçlü geçmiş yaşamlar izlenimim oldu. Erken yaşlarda insanlara bakar ve yüzlerinin değiştiğini görürdüm. Bazen öyle olurdu ki onları tanımam zaman alırdı. O dönemde bu tuhaf fenomeni anlamadım ve kötü ya da "kâfir" olabileceğini düşündüm, çünkü benden başka kimse bu tip şeyler yaşamıyordu. Belki de bende bir sorun vardı. Kusurlu olmaktan korkuyor, bir yandan da hakikati bilmek için can atıyordum, ama beni ölümün eşiğine götüren bir trafik kazasına kadar aradığım yanıtları alamayacaktım.

1987 kışında, bir kamyonet arabama çarptı ve yirmi üç yaşındaki bedenim arabanın içinde sıkıştı. Alevler üzerimde büyüyordu. Panik olmuş bir halde her bir kapıyı açmaya çalıştım, ancak yamulduklarını ve açılmadıklarını gördüm. Şiddetli bir şekilde öksürüyordum ve tam bayılmak üzereyken koruyucu meleğim belirdi. Kahverengi, dalgalı saçları yüzünü sarmıştı ve cildi bir kestane kadar yumuşak ve pürüzsüzdü. Üzerinde gri mavi bir cüppe vardı. Mucizevi bir şekilde beni alevlerin içinden aldı ve kısmen açık olan pencereden dışarı çekti. Kurtuldum güçlükle. Bedenimin yüzde 72'sindeki yanıklar ve yaşanan "pek çok komplikasyonlarla" iki ay yoğun bakım ünitesinin en kritik hastalar listesinde kaldım. Her nefes aldığım son nefes olabilirdi.

Aniden solunum cihazımdaki alarm çılgınca ötmeye başladı ve tüm hemşire ve doktorlar ordusu yardımıma koştu. "Mavi kod!" diye bağırdılar panik içinde. Ölüyordum. Spiritüel bedenim yükseldi ve giderek genişleyen ışıklar içinde kapıya doğru

ilerledi. Orada, kendilerine Yükselmiş Ustalar adını veren bir kadın ve iki erkek tarafından karşılandım. Rahat, pastel tonlarındaki kıyafetleriyle bilgelik ve şefkat yayıyorlardı. Benim hakkımda her şeyi bildiklerini söylediler ve Tanrı'nın elçileri olarak, bana burada hayatım hakkında bazı dersler vermek ve beni tekrar sevgiye döndürmek için bulunuyorlardı.

"Spiritüel olarak bağlı çocukluğun unutuldu ve yetişkin yıllarının büyük bölümü korkuyla geçti," dedi yaşlı erkek. Başımı salladım.

"Senin için birliği yeniden kazanmakla ilgili öğretilerimiz var. Sana yardımcı olmak için diğer yaşamlarını göstereceğiz."

'"Diğer yaşamlar' derken geçmiş yaşamları mı kastediyorsunuz? Ben Hıristiyan inancıyla yetiştim," diye kekeledim. "Peder bana tek bir hayat, sonra da Cennet veya Cehennem olduğunu söyledi."

"Bu doğru değil."

Ellerimi dudaklarıma götürdüm ve engin bir anlayış yer etmeye başladığında gülümsedim. "Bu yüzden mi insanların yüzlerinin değiştiğini ve bazen etraflarında baştan sona sahneler oynandığını görüyorum? Bunlar onların geçmiş yaşamlarından sahneler miydi?"

"Evet," diye yanıtladı kadın.

"Ben bunu uydurmadım mı?" Derin bir oh çektim. *Bende bir sorun yok ve deli değilim!*

O anda aşağı, hastane yatağında cansız bir şekilde yatan yanık bedenime baktım. Doktorlar ve hemşireler beni geri döndürmeye çalışıyorlardı. Yalnızca birkaç dakika geçmişti, ama bana saatler gibi geldi. Dikkatimi tekrar Ustalara verdim.

"Dersimize başlamanın zamanı geldi," dedi Yükselmiş Ustalar. "Birazdan biri korku, diğeri sevgi içinde yaşanmış benzer yaşamların seni ve temas kurduğun diğer insanları

nasıl etkilediğini görecek ve hissedeceksin. Bu tecrübe seni korkudan koparacak ve sevgiyi seçmeye, dolayısıyla yaşamını dönüştürmeye yönlendirecek."

Usta kolunu bir kavis şeklinde havaya kaldırdı ve etrafımı bir sürü holografik ekranlar sardı. "Diğer yaşamlarını görmeye hazır mısın?" diye sordu. Ekranda , dev bir yeraltı mahzenine tahıl çuvalları taşıyan bir adam belirdi. Çuvalları sayarken kirli cüppesi toprak zeminde sürüklendi. Çuvalların üzerine numaralar koyarken dudaklarını büzüştürdü. "Geçinecek kadar yok," dedi ve başını iki yana sallayıp yumruğunu yanındaki masaya vurdu.

Biraz sonra kapı açıldı ve saçları bir kumaşın altına saklanmış bir kadın adamın ayaklarına kapandı. Ellerini birleştirdi ve yardım dilendi: "Ailem açlıktan ölüyor! Lütfen bize yardım et. Sen bizim son umudumuzsun!" Kadın ağlarken ellerini havaya kaldırdı ve gözleri insani bir yanıt alabilmek için adamın gözlerine kenetlendi.

"Sana verecek hiçbir şeyim yok! Git!" Adam ayağa kalktı ve cüppesini hızla çekti. Kumaşın sert kenarı yere çarptı; kadının yüzü yerden havalanan toza boğuldu.

"Hayır, anlamıyorsun. Senin tahılların olmazsa öleceğiz," dedi kadın. Adamın cüppesinin eteğini yakaladı.

"Çık dışarı!" dedi adam ve kadını yakalayıp duvara itti.

Kadın sendeleyerek onu bekleyen ailesinin yanına doğru yürüdü. Çocuğu ona doğru koştu ve kollarını annesinin beline doladı, ama kadın onu itti ve ağlayarak çocuğa ona yapışmamasını söyledi.

Ekranlar kalktı. Öfkeyle döndüm ve "Ne korkunç bir adam!" dedim. "Bana nasıl bu şekilde davranır?"

Üçü gözlerinde nazik bir tebessümle beni izledi ve ardından yanıtladılar: "Sen adamdın."

Yanan bir demir çubuğun şiddetli hissi midemi deldi. Yutkunmaya çalıştım. "Şey... onlar için yiyecek yoktu. Herhalde tahıllar başkasına lazımdı ya da bir sonraki sene tekrar ekmek için..." Kendimi savunmaya çalışarak geveledim ve sonunda bağırdım: "Hayır demek zorundaydım!"

Şefkatli bir şekilde yanıtladılar: "Sorun hayır demen değildi, sorun bunu kapalı bir yürekle yapmandı."

"Ah." Omuzlarım düştü. "Sanırım sevgi dolu bir şekilde hayır demeyi bilmiyorum."

"Aslında biliyorsun. Şimdi yine hayır dediğin, ama sevgi dolu yüreğini koruduğun bir başka yaşamdan benzer bir sahne izleyeceğiz."

Ürperdim ve tekrar ekranlara döndüm. Bu kez, saçları beline kadar uzanan genç bir kadın gördüm. Bir adamın tahıl çuvallarıyla oturduğu bir odaya girdi ve haykırdı: "Ailem aç. Senden yardım dileniyorum!" Adamın ayaklarına kapanıp ellerini yüzüne götürdü.

Adam eğildi ve kadının ellerini tuttu. "Hayır, üzgünüm," dedi. Sesi kesin ama yumuşaktı. "Sana ya da ailene verebileceğim tahıl yok." Adam nazikçe kadını kaldırdı ve kapıya götürdü. Kadın çıktığında küçük çocuğu annesine koştu ve kadın ona sarıldı.

Ekranlar kalktı ve ben, "Açık bir yürekle hayır demek mümkün," dedim.

"Senin dışında gelişen koşullar yüreğini yönlendirmek zorunda değil. Bunun yerine, yüreğinin koşulları yönlendirmesine izin ver."

"Korku dolu bir adam olarak yaşadığımda, kadında bir korku dalgası yarattığımı gördüm. Bu dalga o kadının ailesine de yansıdı. Ama diğer kadına sevgi verdiğimde, o da ailesine sevgi verdi."

"Kesinlikle. Hepimiz bağlıyız. Bir bireyin refahı diğer tüm bireylerin refahıyla yakından ilişkilidir. Sevgi ya da korku verelim, herkes ve her şey etkilenir." Sonra eklediler: "Ayrıca burada öğrendiklerini başkalarıyla paylaşmanı rica ediyoruz. Spiritüel yaşam şifası almaları için ölüme yaklaşmaları ya da ölümü tecrübe etmeleri gerekmez. Bu, arzulayan ve isteyen herkese açıktır. Biraz rehberlikle herkes kendi geçmiş yaşamlarını görmeyi ve hissetmeyi öğrenebilir."

Yükselmiş Ustalar bana daha fazla ders için geri döneceklerini, ama şimdi bedenime dönme zamanımın geldiğini söylediler. Doktorlar beni hayata döndürdü. İçi kaynar suyla dolu, kırılgan bedenimi hapseden bir dalgıç kıyafeti giymişim gibi ağırlık ve acı hissettim.

Haftalar geçtikçe, Yükselmiş Ustalar beni ziyaret edip bana yol göstermeye devam ettiler. Tam bir iyileşme için sebatkârlığa ulaşmama yardımcı oldular.

Bu spiritüel öğretiler benim hayatımda bir çapaya dönüştü. Ustalar bana, hepimizin nasıl kutsal güçle birleşebileceğini ve kırık olan şeyi onarabileceğini gösterdi. Kendi hakikatlerimizle tanışmak için ölümün eşiğine gelmemiz gerekmez. Tek ihtiyacımız, korkularımızdan arınmanın ve yüreklerimizi açmanın bir yolunu bulmaktır. Benim için dramatik bir biçimde yakın bir uyan çağrısı gerekti. Sizin için belki de Ustaların bu paylaşılmış sözleri yeterli olacaktır.

~ Asia Voight

Ölüme yakın tecrübeler yaşayan pek çok insanın sezgileri güçlenir, psişik rüyalar görürler ve genelde ölümden sonra ne olduğu korkusundan sıyrılırlar. Çünkü bilirler.

Büyük bir çoğunluğumuz ölüme yakın tecrübeler yaşama-

yacak, ama ne olursa olsun, Asia'nın da söylediği gibi aynı dersleri öğrenebiliriz. Bunu meditasyonla, spiritüel derin düşünmeyle ve geçmiş yaşam regresyonu aracılığıyla yapabiliriz. Yöntemler daha yavaş ya da farklı olabilir, ama sonuç aynıdır. Tüm varlıkların ve tüm şeylerin karşılıklı bağlılıklarını görür ve hissederiz. Sevgi verme ve alma ihtiyacını anlarız ve bunu yapma sürecinde, kuşku ve korkudan kurtuluruz. Ebedi varlıklar olarak gerçek doğamızı fark ettiğimizde, ölme ve ölüm korkularımızı azaltabilir, hatta yok edebiliriz.

Asia'nın hikâyesindeki güzel ve bilge düşünce öğretiler arasında, Ustalardan gelen bir cümle hemen dikkatimi çekti: "Senin dışında gelişen koşullar yüreğini yönlendirmek zorunda değil. Bunun yerine, yüreğinin koşulları yönlendirmesine izin ver." Ne kadar doğru.

Bin üç yüz yıl önce, Çin filozof Huineng şöyle yazdı: "Tüm harici nesnelerle olan bağımızı kopardığımızda zihin huzur bulacak. Zihnin özü doğası gereği saftır ve bizim tedirgin olmamızın sebebi, içinde bulunduğumuz koşullarla sürüklenmemize izin veriyor olmamızdır. Zihnini koşullar ne olursa olsun endişesiz tutmayı başaran insan aydınlığa ulaşmıştır."

Kalplerimiz ve zihinlerimiz en zorlu zamanlarda bile sevgi ve huzur getirerek tüm harici koşulları dönüştürebilir. Korku midemizi, bağışıklık sistemimizi, sağlığımızı kemirir. Kalbimizi sıkıştırır. Ama korku, harici şeylerle, insanlara ve durumlara olan bağlılığımızla beslenir. Sevgi dolu şefkatin ve dinginliğin içsel evresiyle mutlu olursak ki bu bağımsızdır, kendi kendine yeter ve başka insanların fikir ve davranışlarının değişikliklerinden etkilenmezsek o zaman huzur bulacağız.

Asia'nın hikâyesi gibi, Michael'ın sıradaki hikâyesi de ölüme yaklaşma ve ölüm sonrası tecrübelerine ışık tutuyor. Onun geçmiş yaşamında fiziksel bedeninden ayrıldıktan

sonraki vizyon ve duygular, bu doğadaki pek çok hikâyeyle özdeşleşmektedir. Bunlar insanın kendini, insan bedeninden çok daha uzun süre var olan bir spiritüel varlık olarak tanımasının en güzel örnekleridir. Uzun zaman önce yaşanmış bir savaşın terörünün derinliklerinde, Michael kendi saf özünü keşfetti. Huzuru keşfetti.

• IŞIK ŞÖVALYELERİ •

Son yedi yıldır bir geçmiş yaşam regresyonu terapisti ve spiritüel danışman ve son yirmi yıldır bir kriz danışmanı, teşhis uzmanı ve psikoterapist olarak yüzlerce insanı geçmiş yaşamlarına götürdüm. Bu seansların çoğu son derece etkileyici ve iyileştirici nitelikteydi. Ama içlerinde favorim olan, benim hasta, Dr. Brian Weiss'ın ise uzman olduğuydu. Bu deneyimi ben istememiştim ve Brian bana teklif ettiğinde tamamen beklenmedik bir durum, harika bir sürpriz olmuştu. Sahnede, bir sürü insanın önünde gerçekleşecek olması fikri bir parça korkutucuydu, ama bu şansı geri çevirmemin imkânı yoktu. Brian'la daha önce pek çok kez, ağırlıklı olarak işimiz hakkında konuşmuştuk. Ben bundan pek bahsetmem, ama o kronik bir sırt ağrım olduğunu biliyordu.

O âna kadar pek çok insana regresyon terapisi uygulamıştım, ama bana hiç regresyon yapılmamıştı. Hem heyecanlıydım hem de endişeli. Düşüncelerimde en az Brian kadar sol beyin odaklı ve deneysel olduğumu biliyordum. Bu gerçek ve sürekli yaşadığım kronik ağrı, benim bir transa geçmemi zorlaştıracak gibi görünüyordu. Dahası, Brian'ın indüksiyon sırasında neler söyleyeceğini kelimesi kelimesine biliyordum. Sahneye çıktığımda, mikrofonlardan uzakta Brian'a fısıldâ-

dım: "Beni oraya götüremezsen üzülme lütfen. İşe yaramazsa benim hatam olacak, senin değil." Brian gözlerime baktı ve sanki "Ne güzel bir gün, değil mi?" dercesine sakin bir sesle, "Bakalım neler olacak," dedi.

Standart bir indüksiyon yöntemi denemedi. Sadece, sanki bir parkta oturuyormuşuz gibi benimle sohbet etmeye başladı. *Beni ne zaman hipnoz edecek,* diye düşündüğümü hatırlıyorum. Söylediği sözler kesinlikle umduklarım değildi. "Bana çocukluğuna dair birkaç şey anlat. Nasıldı?" diye sordu. Sahnede gözlerim usulca kapalı bir şekilde yanına otururken aklıma harika, çocukluğumun ilk dönemlerine dair, benim tamamen unuttuğum bir anı geldi. Yalnızca konuşarak Brian beni çocukluğumdan güzel bir anıya tuhaf bir netlikle götürmeyi başardı.

Beni geçmiş bir yaşama götürdüğünde, ben salonun ne kadar sessizleştiğini fark ettim. Sessiz izleyicilerden bana doğru dev bir ısı dalgası geliyor gibiydi. Odada şiddetli bir dua ve iyi niyet havası vardı ve ben gözlerim kapalı bir şekilde ortaya çıkacak bir görüntü aramaya başladım. Bir beklenti havası oluşuyor gibiydi. Ben bir görüntü ararken saniyeler dakikalara dönüştü ve ben, benim bir tecrübe yaşamamı isteyen, görüntülerin gelmesi için dua eden kalabalığı hemen yanımda hissettim. Tam, "Kusura bakma, Brian, hiçbir şey görmüyorum," diyecektim ki on iki veya on dört yaşlarında bir çocuğun kirli yüzünü gördüm. O anda bu küçük çocuğun ben olduğumu hissettim – ya da bir şekilde bildim. Bir ormandaki bir gölgeliğin altında durmuş, benimle birlikte ormanda duran bir şövalyeyle konuşuyordum. Şövalyenin atına dizgin ve eyer takıyordum. Şövalyenin zırhı hemen yanımda, yere seriliydi. Zırhın yanında küçük bir seyyar merdiven, yalnızca üç basamak ve onların üzerine asılmış bir yular vardı. Bu basamaklar bir insanın sırtına asılabilirdi, tıpkı bir sırt çantası gibi.

Kalabalıktan yayılan sıcaklık giderek şiddetleniyordu ve odadaki sessizlik sağır ediciydi. "Ortaçağ," dedim sonunda ve önümdeki seyircilerden derin bir oh sesi yükseldi. Hepsi odaklarıyla, kendi şifa niyet ve dualarıyla bana Brian'a yardımcı olmaya çalışıyordu ve şimdi o noktaya ulaştığımı fark etmişlerdi. Kendimi net bir şekilde uzun, çok uzun zaman önce yaşanan bir hayatta görüyordum.

"Genç bir uşağım," diye açıkladım. "Tabanları deri, halattan yapılma terlikler giyiyorum. Saçlarım düz, koyu kahverengi ve sanki biri kafama bir tas oturtmuş gibi kenarları tıraşlı. Yüzüm kirli. Üzerimde kol ve bacaklarım için delikleri olan, patates çuvalına benzer bir kıyafet var. Çuval-elbisemin bel kısmında ipten bir kemer asılı. Ormanın hemen dışında, sol tarafta, kocaman, açık bir arazi var ve erkekler orada toplanıyor. Atların üzerinde şövalyeler var ve daha fazlası üstlerinde çeşitli zırh ve silahlarla yürüyor." Bazılarında büyük baltalar, sopalar ve ağır topuzlar vardı. Diğerlerinde kılıçlar ve bıçaklar. Bir kısmı uzun yay ve oklar taşıyordu. Hepsi arazide buluşuyor, kaynaşıp konuşuyorlardı. Dört bir yandan gelen binlerce asker vardı. Sağ tarafımızdaki tepenin üzerine, uzun kuleleri olan güzel, büyük bir kale vardı.

Şimdi ata dizgin ve eyer takma işini bitirmiştim ve merdivenin en üst basamağında durmuş, şövalyenin gövdesine zincirli zırh geçiriyordum. Konuşmaya başladığımı duyduğumda gözlerim doluyordu: "Dönmeyeceğini, öleceğini söylüyorlar."

"Bunu kim söyledi?" diye sordu.

"Herkes. Savaşmaya gittiğin ordunun bizimkinden on kat büyük olduğunu, senin ve diğerlerinin öleceklerini söylüyorlar."

Şövalye doğrudan doğruya gözlerime baktı ve şöyle dedi: "Korkma, çünkü ölmek kolaydır; zor olan yaşamaktır. Savaş meydanında arkadaşlarımla cesurca ölmek bir onurdur ve bu

hepimizin bizi beklediğini bildiği bir kaderdir. Korkmuyorum, çünkü bedenlerimiz öldüğünde ruhlarımızın yaşamaya devam ettiklerini ve Cennet'e gittiklerini biliyorum. Asla gerçek anlamda ölmeyiz."

Bu sırada ben zırhını şövalyenin başından geçirirken sessizce ağlıyordum. Yanaklarımdan yaşlar süzülüyordu. "Gitme. Gitmek zorunda değilsin," diye fısıldadım. Hâlâ ağlayarak miğferini yüzüne ve başına yerleştirmeye başladım. Merdiveni atının yanına çektim ve o yavaş ve dikkatli bir şekilde basamakları tırmandı. Bacağını eyerin diğer tarafına attı ve bana döndü, "Bugün burada söylediklerimi hatırla. Geri dönmezsem Cennet'te buluşacağız." Bununla birlikte atını hızla askerlerle dolan tarlaya doğru döndürdü ve karanlığın içinde onlara doğru koşmaya başladılar.

Brian beni zamanda ileri götürdü ve ben bir şövalyeyi taşıyan dört adamın kalenin bahçesine doğru yürüdüğünü gördüm. Şövalye sırtüstü uzanmış, zırhının üzerine yatıyordu. Bu kişinin o olduğuna inanmak istemedim, ama o olduğunu biliyordum. Koşmaya, onların peşinden kaleye doğru koşmaya başladım ve şövalyenin yere indirildiği sırada yanlarına ulaştım. Onun miğferini çıkardılar ve askerler kemerini açtıklarında küçük, deri bir kese buldular. Keseyi açtılar ve içinden küçük bir kâğıt parçası çıkardılar. Notta yazan şeyi yüksek sesle okuduklarında bu beni hem mutlu etti hem de üzdü. "Bu notu olan her kimse, son dileğim, atımın, kılıç ve zırhımın, tüm kişisel mal varlığımın ve bu hayattaki rütbemin uşağıma verilmesidir." Elbette o kişi bendim. Onu bir daha bu yaşamda göremeyecek olmak beni çok üzmüştü. Benim için yaptığı her şeyi takdir ediyordum, ama aynı zamanda o anda kendi geleceğime bakıyor olabileceğimi fark ettim. Evet, şövalyeler savaşır ve şövalyeler ölür, diye düşündüm. Adamlar bana kılıcı

uzattıklarında ve bu şövalyenin üzerindeki zırhı çıkarıp bana verdiklerinde ben hıçkıra hıçkıra ağlıyordum. Hiçbir kutlama havası yoktu. Ben sevgili arkadaşımı kaybetmiştim ve şimdi yapabileceğimden kuşkulu olduğum bir görevin sorumluluğu omuzlarıma veriliyordu.

Hayatımdan daha çok kesit görmek için zamanda ilerlediğimde, şimdi daha uzun boylu ve daha büyük olan kendimi kalenin bahçesinde buldum. Büyük ahşap kılıçlarla benden çok daha iri ve güçlü bir adamla savaşıyordum. Onun bitmek bilmeyen darbelerini kırmaya çalışıyor ama başaramıyordum. Adamın savurduğu her üç ya da dört darbeden biri vücuduma iniyordu. Her seferinde, "Öldün! Öldün sen!" diye bağırdığını duyuyordum. Bu, bir aşağılama, tevazu ve sabır dersiydi. Vücuduma indirdiği farklı darbe ve vuruşlarla beni defalarca "öldürmeye" devam etmesi onun için kolay gibi görünüyordu. Görüntüler hızla değişmeye başladı ve her adam beni savaşmam için eğitmeye devam ederken ben her görüntüde biraz daha iri ve biraz daha güçlü bir adam oldum. Bir gün düşmanımın arkadaşım olmayacağını ve kılıçların ahşaptan yapılmış olmayacaklarını düşünüyor, o bahçede her "öldüğümde" içimi derin bir korku, endişe ve telaş sarıyordu.

Brian beni tekrar zamanda ileri götürdü. Bu kez yirmili yaşlarımın başlarında, iri yapılı, zincir zırhının içinde yakışıklı bir adamdım. Zırh üstüme harika bir biçimde oturmuştu. Kalenin bahçesinde duruyordum ve önümde bir uşak basamakların üzerine çıkmış, bana zırhımı giydiriyordu. Gözlerinde yaşlarla, tıpkı benim uşakken o şövalyeye yaptığım gibi gitmemem için yalvarıyordu ve ben de uzun zaman önce o şövalyeden duyduğum aynı sözleri ona tekrarladım.

Bir süre sonra kendimi geniş, büyük, açık bir düzlükte gördüm. Arazi düz ve tozluydu. Ben şiddetli bir savaşın tam

ortasındaydım. Atımın üzerindeydim ve hemen önümdeki atın üzerinde kocaman, benden daha büyük güçlü bir şövalye vardı. Dev, ağır bir kılıçla üzerime amansız darbeler savurduğundan tecrübeli olduğu açıktı. Şimdi savaş son derece gürültülü, yakın ve şiddetliydi ve ben adamların haykırdıklarını, çığlıklar attıklarını ve bağırdıklarını duyabiliyordum. Savaş dört bir yanda yaşanıyordu: metalin metale çarptığında çıkardığı ses, at ve askerlerin dehşet dolu haykırışları, sürekli yükselmeye devam eden toz. Bu adamın kılıcından gelen her darbeye karşılık veriyor, ama giderek daha çok yoruluyordum. Tam o sırada, hemen sol tarafımda uzun boylu bir adamın yaya olarak bana yaklaştığını gördüm. Bana saldırmak için kılıcını kaldırdığı sırada çevresel vizyonumda onu fark etmiştim. Çevik bir dönüşle kılıcımı ona doğru savurdum. Bu sol omzunu ve kolunu tamamen kopardı ve adam yere düştü.

O anda inanılmaz bir şey gördüm. Sol omzunu tamamen parçaladığım bu adam ayağa kalkıyor ve bana doğru yaklaşıyordu. Son bir enerjiyle sağ eli bıçağına uzandı, eyerimin arkasından yanaştı, zırhımın bittiği noktada bıçağını omurgama sapladı. Tüm ağırlığıyla bıçağa yaslandı ve bıçak bedenime girerken şiddetli bir yanma hissettim. Çaresizce kıvranmaya başladığım anda bıçağın karnımdan çıktığını gördüm. Ölümcül bir yara almıştım ve yere düştüğümü, karnımdan uzanan bir bıçakla birlikte tozların içinde yattığımı gördüm. Orada, benden yalnızca birkaç metre ötede, az önce öldürdüğüm adam az önce beni öldüren adam– yatıyordu. Savaşın katıksız deliliği dört bir yanımızda yaşanıyordu. Kılıçların çığlıkları, dehşet ve acıyla haykıran atlar, yerlere saçılmış yaralı adamlar. Çoğu acıyla inliyor, annelerinin ve eşlerinin isimlerini haykırıyor, ağlıyor, "Lütfen beni öldür. Lütfen beni öldür. Sana yalvarıyorum," diyordu. Tuhaf bir şekilde ben acı ya da korku

hissetmiyordum, ama tüm bedenimi saran ılık bir sakinlik dalgasının farkındaydım. Belki de şoktaydım. Bir kez daha hemen önümde ölmekte olan adama baktım. Benim ona baktığım gibi o da sessizce bana bakıyordu. İkimiz bu son bakışları sessizce paylaştık. Tozun içinde, bu hayatta göreceğimiz son insanlar olduğumuzu bilerek göz göze baktık.

Ve sonra ben içimdeki tuhaf kıpırdanmayı hissettim ve tuhaf ama hoş bir his duydum. Gözlerimi kapamıştım ve şimdi kendimin dışında ve yukarısında süzülüyor, kendimi tamamen ağırlıksız hissediyordum. Dönüp kendime baktım – yerde yatan bedene değil, ondan yükselen, şimdi bir şekilde aşağı bakan ve eski beni, kabuğumu gören varlığa baktım. Son derece parlak, beyaz bir ışıktım. Öyle güçlü bir parıltı vardı ki uzun süre bakmak güçtü. Kendimden yalnızca birkaç metre yüksekteydim ve dönüp düşmanımın yattığı yere baktım. O da kendi bedeninin üzerinde yükselen aydınlık beyaz bir koni olmuştu.

Neşeyle Brian'a şimdi düşmanımla birlikte ikimizin de koni olduğunu söyledim.

"Koni mi?" diye sordu.

"Evet, koni şeklinde beyaz ışıklar gibi görünüyoruz." İkimiz de yavaşça yükselmeye başladık ve binlerce askerin hâlâ savaştığını ve savaşın dört bir yandan neredeyse sekiz yüz metreye yayıldığını gördüm.

Biraz daha yukarı çıktığımızda, son derece etkileyici ve inanması güç bir şeye tanık olmaya başladım. Etrafta ve savaş meydanında, sayısız parlak koninin yavaşça yukarıya süzüldüğünü, savaşın her alanındaki tozdan sıyrıldığını gördüm. Hepimiz yükseliyor, aşağıdaki çatışmadan giderek daha çok uzaklaşıyorduk ve ruhlarımız havada tarifsiz bir hareketle salınıyordu. Bu, altımızdaki savaşın dehşet ve kaosuyla çarpıcı bir tezat oluşturmuştu.

"Diğerlerinden daha büyük ya da daha parlak ışıklar var mı?" diye sordu Brian.

"Hayır. Hepimiz aynı görünüyoruz."

"Aşağı inen ışık var mı?" diye sordu. Onun etkilendiğini, gördüklerimi merak ettiğini hissedebiliyordum.

"Hayır, hepimiz aynıyız ve hepimiz yükseliyoruz," diye yanıtladım. "Yukarıda, çok geniş bir bulutun merkezinde, dev bir girdap gibi görünen bir şey var ve hepimiz onun merkezine doğru yükseliyoruz. Bir sevgi okyanusunda yüzüyor gibi kendimi harika hissediyorum. Hayatımda kendimi hiç bu kadar iyi hissetmemiştim. Hiçbir acı yok. Bedenimde hiç hissetmediğim kadar iyiyim – bedenimden tamamen bağımsızım, özgürüm. Acı yok, endişe yok, yalnızca inanılmaz bir huzur ve mutluluk."

"Başka kaç ışık seninle birlikte yükseliyor?"

"Yüzlerce," diye fısıldadım. "Üzerimizde yüzlercesi var ve aşağıdan da yüzlerce ışık konisi geliyor."

Hepimizin bir huninin içine doğru süzülmeye başladığını hissettim ve bunu tarif ettim. "Huninin ucu geniş, ama içine girdikçe, daha dar, daha aydınlık, içi son derece güçlü beyaz bir ışıkla dolu bir parçası var. Burada benimle birlikte yaklaşık otuz kadar koni var ve hepimiz tünel gibi aynı ışığız." Büyülenmiştim. Daha sonra bana o an izleyicilerden biri tarafından çekilen bir fotoğraf gösterildi. Başımı geriye atmış, yukarı bakıyordum ve yüzümdeki ifade tam da her şeyi açıklayan bir şaşkınlıktı.

"Büyük bir odaya geldik. Burası da inanılmaz beyaz, bütün oda, ama oda sınırsız gibi görünüyor – duvarları yok. Bir sürü güzel beyaz koni süzülüyor, dolaşıyor. Burası harika bir yer ve o sonsuz, sınırsız sevgi hissi etrafımızı sarıyor. Beyaz cüppeli ve uzun sakallı iyi parlak, çok bilge gibi görünen yaşlı adam birileri için geldiler. Otuz koniyi kadar aldılar ve sağ tarafa doğru gittikçe giderek küçük görünmeye başladılar. Burada

nereye gideceğimizi merak ediyorum."

"Senin de geliyorlar mı?" diye sordu Brian.

"Henüz değil, ama ben sakin ve sabırlıyım. Çok kalabalığız. Burası çok huzurdu ve zamanım geldiğinde bana geleceklerini de biliyorum."

Beklerken Brian sordu: "Bu hayattan ne öğrendiğini düşünüyorsun?"

"Savaş ve öldürmenin delilik olduğunu. Kimsenin kazanmadığını ve tüm tarafların kaybettiğini. Ne zaman savaş meydanında biri ölse aileleri ve sevdikleri derin bir yasa boğulur. Ölen insanların ardından yas tutulmaları gerekmez. Onlar istirahat yerlerine geri dönerken saf sevgi ve kutsanmışlıkla donatılırlar. Ama sevdiklerine ve daha pek çok kişiye verdiği yas, acı ve hüzün sonsuzdur. Ne zaman bir asker ölse evde bir insan bir oğul, bir kardeş, bir koca, bir baba, bir amca, bir dayı, bir dost kaybeder. Onların yas ve üzüntüleri derindir ve hayatlarında açılan boşluk asla kapanmaz – ta ki Cennet'te tekrar buluşana dek. O zaman asla tam anlamıyla hafifleyeceğini hissetmediğimiz bu yas yükünü bir kenara bırakabilir ve bizden önce istirahat yerinin huzur ve dinginliğine gitmiş olan sevdiklerimizi görebilir ve onları kucaklayabiliriz. Yaşamayı bu kadar kutsal ve özel yapan budur. Sevgimizi paylaşmak ve sevilmek – başka hiçbir şey bu kadar önemli değildir."

Transtan çıkarıldığımda gözlerimi açtım ve izleyicilere baktım. Çoğu aynı anda gülüyor ve ağlıyordu. Bunlar, diye düşündüm, mutluluk gözyaşları. Tanık oldukları şey için mutlu ve minnettardılar, ben de öyle. Böyle bir neşe ve kutsanmayla karşılaşacağımı asla tahmin edemezdim.

Brian bıçaklandığım bölgenin en çok ağrıyı hissettiğim yer olup olmadığını sordu. Tam olarak aynı yer olduğunu söyledim. 2009 yazındaki o günden beri ağrıda ciddi anlamda

azalma oldu. yaklaşık üçte biri tamamen kayboldu ve şimdi zamanla tamamen kaybolacağına inanıyorum.

Beş yüz yılı aşkın bir zaman önceki yaşamınızı ve ölümünüzü net bir şekilde görmek ve deneyimlemek gerçekten olağanüstü bir tecrübe. Siz değişiyorsunuz. Gözleriniz gerçekten kim olduğumuz gerçeğine tamamen açılıyor. Bizler sürekli, yeryüzündeki derslerimizi öğrenene dek evrensel bir metamorfozdan geçiyoruz. "Öldüğümüz" zaman tırtıl kelebek oluyor ve biz bedenimizin dışına süzülüyor, tekrar sevdiklerimize ve cennetteki istirahat yerimize dönüyoruz.

~ Michael Brown

Michael'ın şövalyelerin ruhlarının girdiği huniye, o huniye bağlı olan tünele ve yüzlerce ışık konisinin bir araya gelmesine dair tarifi, birinci bölümdeki hikâyede Raymond'ın anlattıklarına harika bir örnektir: "Huni şeklinde girdap gibi bir açıklığa yaklaşıyoruz... Uzun tüpten geçip evrene girdiğimizde... milyonlarcamızın oluştuğu battaniyeye benzer bir yerde diğerleriyle buluşuyoruz." Ve elbette Raymond'ın tarifi de ikinci yüzyıldan beri var olan bir kavramın harika bir anımsatıcısıdır. Kürenin dört bir yanından ve çağlar boyunca sesler bize fiziksel ölümlülüğümüzün ötesinde var olan spiritüel ölümsüzlüğü anlatırlar.

Bizler ışığız, onun gölgeleri değil. Bunu gözünüzde canlandırmak için güneşi düşünün. Biz o görkemli yıldız kadar güçlü ve göz kamaştırıcıyız. Burada fiziksel bedenlerde, ışık olduğumuzu –güneş olduğumuzu– unuttuk ve yalnızca yansımaları olduğumuza, bıraktığı gölge olduğumuza inandık. Bizler sonsuz bir mutluluk denizinde yüzen saf ve parlak ışık varlıklarıyız. Bizim ışık olduğumuza dair farkındalık, kelime-

nin tam anlamıyla aydınlanmadır.

Bedenden ayrıldığımızda her şey nettir. Mutlak ve sürekli bir huzur evresine gireriz; artık korku ve çaresizliğin geçici duygularının etkisi altında olmayız. Acı yoktur, yalnızca bir refah hissi. Ve beyaz cüppeli ve uzun sakallı parlak ve bilge yaşlı adamlar bizi eve götürmek ve tekrar sevdiklerimizle buluşturmak için geldiklerinde, sonunda tamamen iyileşeceğiz. Tekrar bir bütün olacağız.

Bu huzur, yalnızca bedenlerimizden yükselip dünyayı geride bıraktığımızda eriştiğimiz bir şey olmak zorunda değildir. Dünyanın da buna ihtiyacı vardır. Huzur, yalnızca bireysel seviyede değil, aynı zamanda uluslararası seviyede, kendi içimizde ve tüm dünyada var olmalıdır. Sonunda savaşmaktan vazgeçmeye karar verseydik ne olurdu? Ya ülkelerimiz mücadele etmek yerine işbirliği yapsalardı? Veya, Bethany'nin öyküsünde anlatıldığı gibi, siyasi yapı ve sistemlerimiz güç yerine sevgi üzerine kurulmuş ve sevgiyle hareket ediyor olsaydı ne olurdu?

Sevgiden daha güçlü hiçbir şey yoktur.

• KÜRESEL KARMA •

2010 yılının Temmuz ayında katıldığım bir meditasyon sırasında, dünya liderleri ve grup karması hakkında küçük bir mesaj aldım.

Spirit dünyasında hükümetler için, büyük düşünürlerin girip daha önce bu dünyadan ayrılmış dünya liderleriyle görüşebildikleri ayrı bir düzlem vardır. Onlar oradan bir şeyleri iyi yönde değiştirebilirler, ama yalnızca yürekten geleni değiştirme hakları vardır. Atalarıyla görüşebilir, onların kulaklarına

fısıldayabilirler ve bunu çok severler. Bu şekilde düşüncedeki en görkemli değişikliği yaratabilirler. Güce değil, sevgiye, dengeye ve işleri yoluna koymaya dayalı barışçıl bir sonuç için görüşüp çalışabilirler.

Dünya liderlerinin kendi kılavuzları vardır, ama genelde onları dinlemezler. Yine de bu, iyi yönde değişimdir. Bu liderler regresyonlar yapmaya başlasalardı bu, onların bolca enerji ve karma ve dev bir ölçekte iyileşme sağlayarak büyük bir değişim gerçekleştirmeye yardımcı olmalarına yol açardı. Bu, zalim ve acımasız olduğu düşünülen diktatörler için de geçerlidir – regresyon yapmaya, iyileştirmeye ve titreşimlerini yükseltmeye başlasalardı o zaman yarattıkları durum iyileşebilirdi.

Tüm liderler, grup karmasıyla bir araya gelirler ve içlerinden biri başladığı anda, hepsi gerek burada gerekse spiritüel dünyada daha yüksek bir titreşime geçecektir. Böylelikle onların enerjisi olan sorun huzurlu bir şekilde salıverilecek ve egoya meydan bırakmayacaktır.

İnsanlar teröristler için bir iyileştirme olarak hipnotizma ve regresyon yapma eğitimi alsalardı bu büyük bir ölçekte ciddi bir değişime yol açardı. Gelecekte benzer durumların yaşanmasını önlerdi. Onları karmik kökene götürebilir, sonra da iyileştirebilirler. Bu onlar için çalışan insanlara bile yapılabilir, böylece şifa tüm sisteme yayılır.

"Kötü" olduğu düşünülen liderlerin dahi, şifa enerjilerini salıvermelerine yardımcı olan pek çok kılavuzları oldu. Eğer yaşarken seçtikleri o yolları seçmiş olmasalardı bu onların hayattaki diğer yolları olabilirdi.

~ Bethany

Elbette politikacılar ve dünya liderleri spiritüel varlıklardır.

Hepimiz öyleyiz. Rehber, Usta, melek, bilge varlıklar ya da bu kutsal varlıklara her ne isim vermiş olursak olalım, hepimiz aynı spiritüel yardımcı ve danışmanlara sahibiz. Ancak pek çok hükümet yetkilisi spiritüel âlemler konusunda kapalı görüşlüdür. Ego ve gurur onların kendilerini olasılıklara açmalarını önler.

Bethany bilmese de uzun yıllardır gezegenin dört bir yanından politikacı ve liderlerle çalışıyorum. Gizli çalışıyoruz. İlerleme yavaş ama istikrarlı oluyor. Umut var.

Bu gelişme yalnızca siyasi alanla sınırlı değildir; diğer pek çok geleneksel olarak sol beyin odaklı ve mantık içeren mesleği de kapsar. Bir sonraki hikâyede bir avukat kuşkularını aşmak ve kendi yüksek doğasına uyanmakla ilgili yaşadıklarını anlatıyor. "Biz açık olduğumuzda," diye yazıyor, "Evren'in hakikatini göstermesi için mutlaka bir yol vardır."

Onların sözleri size yol olsun.

• BULUT BİLİNCİ •

Hepimiz insan formlarında yaşayan spiritüel varlıklarınız. Hipnoz altında, içsel benliklerimize ulaşıp gerçek doğamızı daha iyi tanıma şansına erişiyoruz. İnsan ortaya çıkan görüntülerin, gerçek yaşamların ya da gelecek yaşamların doğruluğunu sorgulayabilir. Başlarda benim de kuşkularım vardı. Ama biz açık olduğumuzda Evren'in hakikatini göstermesi için mutlaka bir yol vardır. Bu, benim hayatımı dönüştüren uyanma sürecimde bir adımdır. Dr. Brian Weiss'ın hipnoz programı yalnızca bireylere iyileşmelerinde yardımcı olmakla kalmadı, aynı zamanda Evren hakkında derin bir bilgi okyanusuna açılmalarını sağladı ve genel olarak insan evrimi için faydalıdır. Benim kendi hipno-

terapi deneklerim bana, çoklu boyutların bir arada var olması, düşüncelerimizin gerçeklikler yaratıp onları etkilemesi, karma yasası, değişim olasılığı ve tüm varlık ve olayların birbirleriyle ilişkili olması konularında çok şey öğretti. Aziz Augustine'in dediği gibi: "Mucizeler doğaya aykırı değildir, yalnızca doğa hakkında bildiklerimize aykırıdır."

2005 yılında Omega Enstitüsü'nde Dr. Weiss'tan hipnozu öğrenmeden önce, Hong Kong'da inanılması güç bir deneyim yaşadım. Sırf merakımdan, 2005 yılının Nisan ayında bir arkadaşımın tavsiyesi üzerine Jacqui adında bir psişikle ilk hipnoz deneyimimi gerçekleştirdim. Bazı geçmiş yaşamlara dönmeyi umarken hiç beklemediğim bir şekilde bilinçli bulutların bir parçası olduğuma tanık oldum ve bunu hissettim. Cinsiyetsizdim, yalnızca beyaz, şeffaf bir formdaydım.

Jacqui bana kim olduğumu sorduğunda, soğukkanlı bir şekilde yanıtladım: "Ben bir tanrıçayım."

Bana ne yaptığımı sordu ve ben, "Dağların arasında uçuyor, bitkilerin güneş ışığı ve yağmur aldıklarından emin oluyorum," dedim.

"Bir tanrıça olduğunu nereden anladın?"

"Havada yükseldim ve zeminde, yardımımı isteyen küçük insanlar görüyorum. Bazıları önümde eğiliyor, bazıları dua ediyor. Ama ben onlara yardım etmeleri için ancak başka insanları motive edebilirim. Bunu doğrudan doğruya yapamam. Bu onları çok korkuturdu."

Bir avukat olarak asla böyle bir şey söyleyeceğimi ya da yaşayacağımı düşünmezdim, bu yüzden mantıklı zihnim bunun yalnızca bir rüya olduğunu düşünmüş olmalı. Jacqui bana bunun bir rüya değil, daha çok bir devik bilinç örneği olduğunu söyledi.

"Devik bilinç nedir?" diye sordum.

Yüzünde güzel bir tebessüm belirdi, başımın üzerine baktı ve bana sarıldı. "Meleklerden. Başının üzerinde bir sürü melek görüyorum."

Daha sonra bu terimin ne anlama geldiğini öğrenmek için internete baktım. Bir makale, evrimimizin hayvanlar gibi biyolojik formda, doğal kuvvetler gibi (rüzgârlar, bulutlar ve yağmur) devik formda ve diğer yıldızlardan (diğer gezegenlerden daha yüksek bilgeliğe sahip ruhlar) olabileceğini söylüyordu. Bu evrimler birbirleriyle yer değiştirebilirler.

Dr. Weiss'tan öğrendiklerimle, gerçek benliğimin ve becerilerimin farkına vardım ve bu becerileri başkalarının uyanmasına, hayat amaçlarını öğrenmelerine, karma yasasını anlayarak kendilerini iyileştirmelerine ve her şeyden önce pek çok insanın bilincini yükseltmeye yardımcı olmak için kullandım. Tüm bunlar insanlık için faydalıdır.

Yaptığım bir regresyonda, Mei adında bir kadın bir ormanda olduğunu söyledi – "Tekrar evimdeyim," dedi. Orada kendini çok mutlu hissediyordu. Ona ne gördüğünü sordum.

"Bir sürü şeffaf, beyaz varlıklar. Milyonlarca. Bir gülden daha küçükler. Şeffaf kanatları var."

"Sen onlardan biri misin?"

"Evet," diye fısıldadı. "Cinsiyetim yok; nötrüm. Adım Arono."

"Belirli bir bitki ya da ağaca ait misin?"

"Hayır. Biz birlikte bir grup olarak çalışıyoruz. Bir ağacın enerjiye ihtiyacı olduğunu gördüğümüzde ona kolektif enerji veriyoruz. Doğayı koruyoruz."

Ona, aktaracağı herhangi bir mesaj olup olmadığını sordum. Şöyle yanıtladı: "Bizler ağaç ve bitkilere enerji veren daha yüksek bir titreşimdeniz. Doğanın titreşimiyle birleşecek destekleyici bir enerjiler ağı oluşturuyoruz. Bu ağda rekabet yok,

yalnızca işbirliği ve mutluluk var. Birlikte çalışıyoruz. Telepati yoluyla iletişim kuruyoruz. Hepimiz şeffafız; saklanmak yok, kandırmak yok, yalnızca dürüstlük ve barış. Enerjilerimiz saftır."

"Bulutlardan farklı mısın?"

"Bulut olabilirdim," dedim. "Bu, yalnızca bir düşünce formudur."

Mei'ye, 2012 yılına dair herhangi bir şey bilip bilmediğini sordum. "O dönemde dünyada bir değişim var: iklim değişimi, enerji değişimi, rüzgâr, yağmur. İşbirliği yapmalıyız. İnsanların bizle işbirliği yapmaları gerekiyor."

Neler yapılabileceğini sordum.

"İçsel benliğinize bakmayı öğrenin," dedi. "Yüreğinize bakın. Farkında olun ve değişin. Herhangi bir yasa ya da yazılı bir anlaşma yok. Oluşturabilirsiniz. On ila yirmi yıl önce, pek çok Usta yardım etmek için dünyaya geldi. Onlar yüce benliklerdir; bu günlerde doğan bebeklerin çoğu yüce benliklerdir. Mutlu ve rahattırlar ve çoğu psişiktir. Ebeveynler bebeklerinden ders almak zorundadırlar. Onların bu yeryüzünün tanımadığı özel titreşimleri var ve yardım etmek için geldiler. Ebeveynler rekabetçi bir dünyada yaşarlar, ama bu bebekler rekabetçi değildir. Onlar yetişkinlerin içsel kalplerini hissedebilirler. Bizim içsel becerilerimizi uyandırmak için geldiler." Ve ekledi: "Benim misyonumun, Kaynak'tan bir mesaj getirmek olduğunu hatırlıyorum."

Onu Kaynağa doğru gördüm ve sonra bana tarif etmesini istedim.

"Altın rengi bir ışık," dedi. "Bir Benlik hissi. Titreşimi göremiyorum. Büyük olabilir, küçük olabilir. Benlik fiziksel beden olmadan olabilir. Kaynak, tüm evrenlerin geldiği yerdir. Yalnızca bilmedir, bir bilinçtir, genişleyen enerjilerdir. İnsan dilinde bu 'boşlukta bir ışık' demektir. Ama boyut yoktur.

Yalnızca var olur."

"Ne gibi mesajları var?"

"Biz değiştiğimizde dünya değişecek. Bu kadar çok çalışmak zorunda değiliz. Yüz yıl içinde, insanların herhangi bir cihaza ihtiyaçları olmayacak. Kaynak'tan gelen enerjilerle buluşmayı başaran çok insan yoktur. Ben orijinal titreşimi tutabilir, özümseyebilir, taşıyabilir ve onunla insanları etkileyebilirim. Benim titreşimlerim, çevremin titreşimlerini etkiler. İnsanlar size gelirler çünkü enerjilerinize çekilirler. Onlar yalnızca bulutlar gibidir; biz bir ağaç gibiyiz. İnsanlar gelir ve gölgemizde dinler, sonra giderler. Onlara enerjilerinizi verin. Bizim enerjiye ihtiyacımız olduğunda, bunu Kaynak'tan çeker ve dünyanın geri kalanına veririz. Almak ve vermek bu anlama gelir. Kaynak'tan gelen enerjiler sonsuzdur. Ben Kaynağım ve onun bir parçasıyım. Kaynak büyüyor, ben de öyle. Başkalarına yardımcı olun. Kafanız karıştığında Kaynağa gidin, yenilenin ve enerjileri hissedin. Daha güçlü hissedin. Başkalarının gerçek benliklerini bulmalarına yardım edin, çünkü herkes Kaynak'la buluşamaz. İnsanlar konusunda sabırlı olun. Kırgınlık normaldir. İnsan olmanın duygularını öğrenmek zorundayız, ama bu duyguların tuzağına düşemeyiz, çünkü biz yalnızca öğrenmek için buradayız. Siz eşinizi yalnızca sevgiyi deneyimlemek için seçersiniz. İnsan ilişkilerini ve titreşimleri öğrenin. Bu, öğrenme sürecinin bir parçasıdır."

Bir sabah Hintli bir yogi ve aziz olan Sri Aurobindo'nun kitabını karıştırdım. Bir bölümde, "Tüm doğal kuvvetler kişiselidir," diyordu. Diğer bir deyişle, tüm doğal kuvvetlerin bilinci vardır. Onları tıpkı bizim gibi bilinçli varlıklar olarak görürsek, onlarla iletişim kurabiliriz. Bilim insanları havayı kontrol edemezler, çünkü ona ölü bir obje muamelesi yaparlar.

Doğayı anlayan şaman ve insanlar havayla başka şekillerde iletişim kurarlar. Onlar kuvvetleri karakterize eder, onları arkadaş olarak görürler ve bu bilinçler de uygun şekillerde karşılık verirler. Hatta pek çok çocuk güneşi, ayı, çiçekleri ve ağaçları kişiselleştirir ve onları sevgi dolu arkadaşları olarak kabul ederler. Belki de hepimiz bu tip bir sezgi ve şefkatle doğduk. İnançlarıyla çevresel olayları etkileyebilen pek çok insan olduğuna ve kolektif bir zihnin üssel etkileri olacağına inanıyorum.

Pek çok doğal felaket, yakın gelecekte büyük bir dönüşüm ve arınma amacıyla olmak üzeredir. Kolektif zihinlerimiz bu fiziksel kuvvetlere inanır ve onlarla iletişim kurarsa bu tip felaketlerin sebep olduğu ölümleri azaltmayı başaracağız. Onlarla savaşmak için bilimsel ekipmanları kullanmak yerine onlarla yalnızca bilinçlerini tanıyarak ve onları arkadaş olarak kabul ederek baş edebiliriz. Eski bilgilerden ve yüce spiritüel benliklerle hipnoz altında alınan mesajlardan, yalnızca sevgi ve merhametin insanların ve toprakların titreşimlerini yükselteceğini ve bu felaketlerin etkilerini azaltacağını öğrendim.

Sudaki bilinç konusunda uluslararası arenada tanınmış bir araştırmacı olan Dr. Masaru Emoto, düşüncelerimizin su kristallerinin şekillerini nasıl etkileyeceklerine dair kanıtlar keşfetti. Değişimlerin yerbilmezliğine, düşüncelerimizin nasıl seyahat edip kuantum alanını nasıl etkilediğine dair deliller vardır. Dr. Emoto ile bir konferansta tanıştım ve bana depremleri etkilemekle ilgili bir espri yaptı. Ona, önce rüzgâr ve yağmuru harekete geçirmenin daha kolay olacağını söyledim. Dünyaya açık ettiğinden daha derinlerde olduğunu biliyorum. Araştırmaları bazı bilim insanları tarafından sahte bilim olmakla suçlandı, yüzde 100 kanıt olmadığı ve pek çok diğer faktörle değişebileceği gibi eleştiriler aldı.

Sorabilir miyim: Bilim insanları "kontrollü" deneylerini yapmadan önce belirli varsayımlarda bulunduklarında, bu evrende eşzamanlı bir şekilde gerçekleşen diğer tüm faktörleri görmezden gelirken yüzde 100 kanıt olduğu sonucuna varabilirler mi? Belki de benim hukuki eğitimim bana bunun tam aksini öğretiyordur; bir avukatın kanıt standardı bir bilim insanınkinden daha düşüktür. Biz yüzde 100 kanıta gereksinim duymayız; yalnızca "bir olasılık dengesi" ya da "makul şüphelerin ötesinde" kanıtlamamız gerekir. Olumsuz eleştiri olmadan belirli bir fenomenin varlığını kabullenmek için açık yürekli olmak, insan evriminde büyük bir adımdır.

~ Lingki

Hepimiz daha yüksek bir titreşim evresinden, bir Kaynak enerjiden yağışsak o zaman hepimiz duyarlı varlıklarız ve hepimiz birbirimize bağlıyız. Lingki, modern fiziğin hayret verici bulgularıyla ortaya konan bu kavramı kendi düşünce ve sözleriyle açıklamaktadır. Bizler, temel bilinç ve fizikselliğimizde, bir partikül ve dalga akınıyız ve kutuplukları değiştirdikçe, Evren'in diğer ucunda benzer bir partikül ve dalga akını, bizim değişimimize tepki olarak ânında tamamlayıcı bir değişim yaşıyor olabilir.

Bizler mucizelerin sürekli –yalnızca günlük zihinlerimizin ötesinde– meydana geldiği inanılmaz bir kozmosta yaşıyoruz.

Din ve spiritüellik kavramları örtüşebilir, ama eşanlamlı değildirler. Din gerçek sevgi, hayırseverlik ve merhamet eylemleri için zemin hazırlayabilir ya da ayrılık, şiddet ve acımasızlık için kullanılabilir. Ancak tüm dinlerin kalbinde sevgi vardır. Sonraki birkaç hikâye dinin nasıl daha yüce spiritüel bilgeliğe giden bir yol olabildiğini göstermektedir.

• KEFARET GÜNÜ •

En favori "deneyimlerimden" biri on yıl kadar önce Yom Kippur'da gerçekleşti. Ben Yahudi değilim, ama bunun en anlamlı dini bayramlardan biri olduğunu düşünüyorum. Büyük bir konferans salonunda bir sahnede durduğumu hayal ettim. Yüzüm boş koltuklara dönük bir şekilde, varoluşum süresince kırdığım ya da zarar verdiğim tüm insanların salona gelip oturmaları için dua ettim. Onlara en derin pişmanlıklarımı ifade etmek için bir fırsat istedim. Ânında koltuklar dolmaya başladı ve kısa sürede salonun dörtte üçü doldu. Orada o kadar çok insanı görmek beni hayrete düşürdü ve çok utandırdı.

Sonra pişmanlıklarım, spiritüel arayışım ve yaptığımı hissettiğim büyüme hakkında konuşmaya başladım ve her birinden sorumlu olduğum her türlü yanlış için özür diledim. Mümkünse beni bağışlamalarını istedim. Konuştuktan ve geldikleri için teşekkür ettikten sonra, hepsi ayağa kalktı, el ele tutuştular ve "Yeryüzüne barış getir" ilahisini söylediler. Son nota da sona erdiğinde, hepsi geldikleri hızla kayboldular ve ben sahnede şaşkın bir şekilde kalakaldım.

~ Donna West

Pişmanlık yürekten geldiğinde ve bağışlamak ve bağışlanmak samimi olduğunda tertemiz bir sayfa açılır, salon boşalır. Herhangi birine ya da bir şeye zarar verme dürtüsü olmadığında, yeryüzüne barış gelecektir.

• MELEKLER VE ŞEYTANLAR •

2010 yılının Kasım ayında verdiğiniz konferanslarınızdan birindeydim. Öğle yemeğinden sonra yorgundum ve başım ağrıyordu. Uyuyakalmanın kaçınılmaz olduğunu düşünüyor ve birinin uyandırmak zorunda kalacağı horlayan insan olacağımdan korkuyordum. Yere oturduktan sonra, *Ah, olamaz. Uyuyakalacağım. Bu konferansa kestirmek için gelmedim,* diye düşündüm. Ne yazık ki uyuklayıp durdum, ama bir yere gitmeyi başardım. Kitaplarla dolu bir salondaydım ve Dr. Weiss'ın bir raftan bir kitap çekmekle ilgili sözlerini duydum. Bir kitap ellerime geldi ve üzerinde büyük altın harflerle bir isim bulunan bir sayfa açıldı. O isim Lucifer'di. Bunun pek de rahatlatıcı bir düşünce olmadığı açıktı, ama ben bu bilgiyi değerlendiremeyecek ya da engelleyemeyecek kadar yorgundum.

Bu hayatta, ortaokuldan liseye kadar Katolik okullarında eğitim gördüm. Yaklaşık dokuz yaşlarımdayken, sınıfta oturmuş, Şeytan ve Cehennem hakkında dersler dinlediğimi hatırlıyorum. Ben rahibeyle aynı fikirde değildim. Ama akıllılık ettim ve görüşlerimi dile getirmedim. Tanrı'ya inandım. İsa'nın hikâyesini biliyor, ama kendimi onunla özdeşleştiremiyordum. Annem ısrar etmedikçe de kiliseye gitmedim.

Bir yetişkin olarak, çok spiritüel bir insanım ama dindar değilim. İsa, Tanrı ve meleklere inanıyor ve onlarla iletişim kuruyorum. Her ne kadar görüşlerim tam olarak uyuşmasa da İncil'den bölümler okudum. Lucifer'in İncil'de yanlış anlaşıldığı, ama onun gerçekten de topu olumsuz bir yöne yuvarlamaya başladığı sonucuna vardım. Bu, benim yıllarca engellediğim bir perspektifti.

Atölye çalışmanızdaki regresyonum sırasında bana "anlatılan" şuydu: Lucifer mükemmeliyete yakındı, ama ona büyük

ayrılıktan dolayı Nihai Kaynak'a geri dönemeyeceği söylendi. "Bütün" bir ruhlar grubu olarak bizler Tanrı'dan ayrılmaya karar verdik. Bu ayrılık Lucifer'in kalbini kırdı, ardından onu öfkelendirdi ve öfkeyle (ya da gururla) kendine zarar vererek Tanrı'yı incitmeye çalıştı. Bu, dinsel boyutta bir öfke nöbetiydi. Lucifer, İncil'de anlatılan kötü Şeytan değildi. Ben bazı arkadaşlarımın aksine, onun insanların omuzlarında oturup insanları hata yapmaya teşvik ettiğine inanmıyorum. Ancak hepimiz eylemlerimizden sorumluyuz – melekler bile.

Yorgunluğumdan dolayı, ben yalnızca o gün bana gelen şeyi deneyimleyebildim. Bir sonraki sahne kısa ve canlı renklerle "yüksek çözünürlükteydi". Aşağı baktım ve çimlerde yürüyen temiz ve bakir beyaz, erkek ayaklarımı gördüm. Başımı kaldırdım ve bana doğru yürüyen uzun, kıvırcık, sarı saçlı, şehvetli bir kadın gördüm. *Havva mı,* diye düşündüm. Bunun Cennet Bahçesi hikâyesindeki Havva olduğuna inanıyorum.

Benim vizyonumda Adem ve Havva melekti. Benim aracılığımla aktarılan bir hikâyede, normal bir insan bedeninin dünyanın ağır boyutundaki değişikliği kaldıramayacağını öğrendim. Meleklerin çağrılmasının sebebi kısmen buydu. Bu, İncil'de yer alan hikâyeden farklıydı. Bilgi Ağacı bir tercihti; yasak değildi. Bu Tanrı'nın, sevginin ne olmadığını anlamamız ve bizi sevginin ne olduğuna dair daha iyi bir anlayışa götürmek için sunduğu bir armağandı. Adem ve Havva Cennet Bahçesi'nden ayrıldı ve ihtiyaçtan dolayı başka yerlere gittiler. Onlar, o bahçeden Tanrı onları kovduğu için ayrılmadılar.

Atölye çalışmanızdaki bu rehberli meditasyon yalnızca yaratılışın kayıtlarını içeren bir kitaba göz ucuyla bakmama olanak vermekle kalmadı, aynı zamanda Havva'yı yaşamak için bir geçmiş yaşam regresyonu yaşamamı sağladı. Adem,

Havva ve şimdi Lucifer'le ilgili bilgiler bir şekilde karşıma çıkmayı sürdürüyorlar.

~ Helen

Yorgunluk zamanlarında, tıpkı rüyalarda olduğu gibi, uyanıklık bilincimiz daha kapalıdır. Katı bir filtreleme yapmaz, bu da bilinçaltının ortaya çıkmasına olanak verir. Katolik okullarının rasyonel ve edebi eğitimini aşarken Helen karakterlere, hikâyelere ve efsanelere dair daha derin ve zengin bir anlama ulaşmayı başarmıştı.

Bazen cehalet ya da akıllıca olmayan kararlar kötü olarak değerlendirilir. İyi ya da kötü, tüm tercihlerimizden öğrenir ve onlar sayesinde büyürüz. Sevgiyi tüm formlarında anlamak, hatta sevginin ne olmadığını takdir ederek anlamak, kutsal bir armağandır. Azar işitmek değildir.

Karanlığı hiç bilmeseydiniz ışığı gerçekten takdir edebilir miydiniz?

• MICHAEL'IN MESAJI •

2002'nin başlarında Los Angeles'taki Agape Spiritüel Merkezi'nde bir hafta sonu çalışmasına katıldım. O cuma akşamı, Brian ilk regresyona başladığında, hemen meditatif bir evreye geçtim. Kendimi, meditasyon yaptığımda "gittiğim" koruluğa götürdüğümü hatırlıyorum ve aniden büyükbabam oradaydı. Gülüyor ve peşinden gitmem için bana el sallıyordu. Ben de peşinden gittim ve kendimi bir merdivende buldum. "Ama büyükbaba, Brian'dan önce gidiyorsun!" Büyükbabam basamaklardan inerken yalnızca güldü, ben de beni bekleme-

sini söyleyerek peşinden gittim. Aşağı vardığımızda bir kapı vardı; büyükbabam kapıyı açtı, beni içeri çekti, ardından gülümsedi ve ortadan kayboldu.

Kapının diğer tarafındaki ışıklara baktığımda gördüğüm renkleri tarif etmeme imkân yok. O güzelliği ve dinginliği tasvir edecek bir insan sözcüğü olduğuna inanmıyorum. Aklımda yalnızca başmeleklerin isimleri vardı; onları hiç incelememiş ya da ne yaptıklarına bakmamıştım. Ancak bir şekilde Michael'ın karşısında durduğumu biliyordum. Hâlâ onu o renksiz ve renklerle dolu ışığın içinde görebiliyorum; o ânı asla unutmayacağım. Kanatları sırtında katlanmış bir halde, kılıcına yaslanarak öylece durdu.

Ben, her zamanki gibi sessiz ve ağırbaşlı tavrımla, "Bu pek de meleksi bir duruş değil," dedim. Michael kılıcını kaldırdı, kanatlarını açtı ve bir an için kılıcını havada tuttu. Ardından tekrar aşağı indirdi ve bana alaycı gözlerle baktı. Onun gülerek, "Böyle iyi mi?" diye sorduğunu hissettim ve ben de "Çok daha iyi," dedim.

Brian'ın, "Etrafınızda neler olduğuna bakın," dediğini duymadan önce ne kadar zaman geçti, bilmiyorum.

"Bana bir şey gösteriyor olman gerekmiyor mu?" diye sordum Michael'a ve o bir kanadını açarken yüzünde keyifli bir ifade belirdi. Açtığı kanadında beni ormandaki bir açıklık alanda, etrafım hayvanlarla dolu, mutlu ve tek başıma onlarla ilgilenirken gösterdi. Sonra kanat geriye doğru hareket etti ve ben bir kez daha yalnızca Michael'ı gördüm.

Brian'ın bize o hayatın sonuna gitmemizi söylediğini duydum. "Eee?" dedim Michael'a. Bir kez daha kanat hareket etti ve kendimi bastonla, eski Roma ve Yunanistan'da şehre doğru yavaş yavaş yürüyen yaşlı bir kadın olarak gördüm. Ölmekte olduğumu biliyordum ve tek isteğim tapınağa ulaşmaktı. Ulaş-

tığımda derin bir oh çektim, mermer basamaklara oturdum ve öldüm. Çok huzurluydu – hiçbir acı yoktu. Tek ihtiyacım olan öldüğümde tapınakta olmaktı ve öyle oldu. Çok mutluydum.

Michael'a bilmem gereken herhangi bir şey olup olmadığını sordum ve zihnimde, "Gerektiğinde korunuyorsun," ifadesini duydum. Sonra Brian bizi transtan çıkarmak için ondan geriye doğru saymaya başladı. Regresyondan çıktım ama o an hissettiklerimi bir daha hiç hissetmedim. O tecrübeden önce ya da sonra öyle bir huzur hissetmedim.

~ Faith Susan

Benim görüşüme göre Michael'ın bilgeliği temsil eden kılıcı cehalet ve korkuyu kesip yok etmektedir. Korku olmadan, egodan, gururdan ve kıskançlıktan kurtulup spiritüel doğamıza kucak açabiliriz. Korku olmadan, özgürce sevebilir ve her daim merhamet gösterebiliriz. Bu şekilde yara almayız. Acı çekmek zorunda kalmayız. Faith'in büyükbabası onu daha yüksek bir farkındalık evresine götüren geçici, sevgi dolu ve tanıdık bir varlıktı. Michael Faith'le kapının hemen dışında, ışıkta buluştu. Faith'in korkuları kayboldu; geriye yalnızca huzur kaldı.

Her birimiz gerektiğinde korunuruz.

Melekler, rehberler ve tanrılar yalnızca Yahudi-Hıristiyan geleneğine değil, dünyanın büyük din ve kültürlerinin pek çoğuna aittir. Bir grup regresyonu sırasında, Keith isimli bir atölye çalışması katılımcısı, oldukça küçük yaşlardayken yaşadığı çok spiritüel ve duygusal bir ânı hatırladı ve konuşurken gördüklerini çocuksu ifadelerle anlattı. Odasında iki rehberin belirdiğine tanık olduğunda küçük bir çocuktu. Biri, uzun beyaz bir sakalı olan yaşlı bir Çinli adamdı, diğeriyse bir tür

melekti. Keith'i insanların bilgi ve bilgeliklerle gelip gittikleri çok daha yoğun, "süzülen" bir yere götürdüler. Dünya geri planda kalmıştı ve Keith insanların Dünya'ya nasıl geldiklerini ve Dünya'dan nasıl ayrıldıklarını görebiliyordu. Bunu fiziksel bedenlerinde değil, spiritüel bedenlerinde, enerji bedenlerinde yapıyorlardı. Onlar bu gezegene başka ruhlarla olan bağlarıyla çekilirken Keith onları izledi.

Bu çocukluk anısını yeniden deneyimlediğinde, Keith resmin genelini görmeyi başardı. Bu daha yoğun dünyaya nasıl gelip gittiğimizi ve "süzülen" yere nasıl döndüğümüzü sezdi. Bu okula derslerimizi öğrenmek için gelir ve sonra evimize döneriz. Onun hikâyesi bana, ikinci kitabım *Through Time into Healing*'de anlattığım küçük bir çocuk ile sakallı bir Çinli'nin hikâyesini anımsattı.

"Irsi kalp bozukluklarıyla doğan küçük bir çocuğa üç aylık, iki buçuk yaşında ve sonra beş yaşındayken açık kalp ameliyatları yapılması gerekti. Çocuk operasyonlar sırasında az kalsın ölüyordu ve doktorları da yaşamasından ümitli değildi. Sekiz yaşına geldiğinde, çocuk annesine bir ameliyattan sonra hâlâ bilinçsizken 'sekiz Çinli adamın' onu yoğun bakım ünitesinde ziyarete geldiklerini ve ona iyileşmesiyle ilgili bilgiler aktardıklarını anlattı. Çocuk, Çinli adamlardan birinin 'sürekli döndürdüğü bir kılıcı' olduğunu söyledi. Bu adam sık sık kılıcıyla sakalını kesiyordu ama sakal hemen tekrar uzuyordu. Çocuk sekiz 'Çinliyi' ayrıntılarıyla anlattı.

Oğlunun hayret verici hikâyesini araştıran anne, oğlunun 'sekiz Çinli adam' hikâyesinin fiziksel ve felsefi sunumunu buldu. Bunlar Pa Hsien ya da Sekiz Ölümsüz, yani ölümsüzlüğe erişmiş tarihsel insanların Taoist sunumlarıdır. Oğlunun anlattığı gibi, bunlardan biri berberlerin koruyucu azizi, on

baştan çıkarma girişimine karşı koymayı başardığı için sihirli bir kılıçla ödüllendirilen Lu Tung-Pin'dir.

Çocuk, ona sürekli bilgiler sağlayan 'sekiz Çinli adam' tarafından ziyaret edildiğini iddia etmişti. Bu, hakikate ve rehberliğe dair onun direkt mistik deneyimidir ve o bu deneyimi rahat bir şekilde, neşeyle ve sorgulamadan kabul eder. Bu da ona travmatik ve korkutucu anlarda büyük bir rahatlama sağlar. Düşünmek ve inanmak için neyin 'doğru' ve neyin 'yanlış' olduğuna dair bir yetişkinin zihinsel filtresi olmadan, bu çocuk hem direkt bir rehberlik kaynağını hem de direkt bir spiritüellik deneyimini kabul eder. Onun meraklı ve iyi niyetli annesinin aksine, çocuğun bu verileri araştırması gerekmez."

Taoistler tarafından Ölümsüz olarak kabul edilen bir diğer spiritüel figür, yine Budistler tarafından bir merhamet timsali olarak saygı duyulan Guanyin'dir. Sonsuz ve koşulsuz bir sevgi kaynağı olarak Guanyin mevcudiyetiyle okumak üzere olduğunuz hikâyenin kahramanını onurlandırdı ve bunu yaparken hayatını sonsuza dek değiştirdi.

Çin Budistlerinin inanç sisteminde, insanın kendisiyle ve başkalarıyla barış içinde hissetme evresinin Guanyin olduğu söylenir. Sevgi dolu şefkat ve merhamet ilkeleri Guanyin'dir. Bu değerlerle uyumlu bir şekilde hissetmek, davranmak ve düşünmek Guanyin'dir ve böyle yaşayan kişi Guanyin'dir.

Dünya mevcut evresinde daha çok Guanyin'den fayda sağlayabilirdi.

• MERHAMET TANRIÇASI •

Doksanların başında Beijing'de, üç yıldır konaklama endüstrisinde çalışıyor ve yaşıyordum. Müthiş bir tecrübeydi

ve orada yaşamak zor olsa da ben çok sevdim. Birkaç yıl sonra Yeni Zelanda'da yeni bir iş fırsatı çıktı ve yeni bir kültürü tanımak için bu fırsatı değerlendirdim.

Çin'deki tecrübemden sonra oldukça bitkindim, bu yüzden kariyerimi strese yol açan bir işten stresi azaltan bir işe çevirmeye karar verdim. İçimdeki sesin bana söylediği adımı izledim ve bu, hipnozu öğrenmekti. Çalışmalarımın her ânından büyük keyif aldım ve Dunedin'deki kliniğimde yaptığım çalışmalarda nörolinguistik programlama (NLP) ile duygusal özgürlük tekniğini (EFT) başarıyla entegre ederek bir hipnoterapi uzmanı oldum.

On yıl sonra, ruh eşlerimden biriyle olan ilişkim sona erdi. Zor bir karar verdim ve ilişkiyi bitirdim. O dönemde, derin, sıkıntılı sorunlar yaşıyordum. İçim kuşku, korku ve belirsizliklerle doluydu ve ilişkiyi sonlandırma kararımı sorguluyordum.

Dr. Weiss'ın Rhinebeck, New York'taki Omega Enstitüsü'nde verdiği kursa katılmaya karar verdim. O hafta her gün, biri sabah diğeri öğleden sonra olmak üzere iki geçmiş yaşam regresyonu yaşadım. Pek çok şeyi değiştirdim ve salıverdim. Regresyonlardan bazıları benim için engindi ve biri beni doğrudan doğruya Çin'de geçirdiğim zamana bağladı. Dr. Weiss'ın gerçekleştirdiği o regresyon sırasında, bir tanrıçanın yardımcısı ve öğrencisi olduğum bir ömre gittim. Adı Qwan Yin'di (Guan-yin) ve merhamet tanrıçasıydı. Onu ve enerjisini hemen tanıdım. Regresyonda onu görmek, onun enerjisini hissetmek ve bir kez daha onunla olmak beni mutluluktan havalara uçurmuştu.

Regresyon sırasında, Qwan Yin'le birlikte çok huzurlu bir tecrübe yaşadığım ve onun etrafında, onunla çalışarak ve onun enerjisinde bulunarak bolca zaman geçirdiğim anlaşıldı. Ölüm geçişini yaşadığım sırada, ruhumun bedenimden ayrılmadan hemen önce, elini usulca göğsümün ortasına koydu. Tüm kalbi-

me altın bir ışık ve enerji yayıldı. Bu his olağanüstüydü – evime dönmüş gibiydim. Ağladım. Çok yoğun bir huzur ve sevgi hissettim. O hayatın son anlarında bana, "sonsuza dek, kalan anlarımda ve ebediyen benimle, kalbimle" olacağını söyledi. Duygu yoğunluğuna kapıldım. O gün bu son derece güçlü bir deneyimdi ve hâlâ düşündükçe gözlerim dolar. O hayatı yeniden yaşamak kalbimde de bir duyguyu tetikledi. Bu çok güzeldi. Kusursuz bir rüya evresinde süzülüyormuş gibi hissettim.

Sonra regresyon sona erdi ve bize yaşadıklarımızı entegre etmek için ihtiyacımız olan zaman verildi. Sonrasında eriştiğim anlayışlar inanılmazdı. Hayatım boyunca aynı derin birlikteliği, dostluğu, anlayışı, nezaketi ve huzuru aradığımı fark ettim. Bu bir rüya değildi. Ben bunu o varoluşta yaşamıştım ve şimdi, bu tip bir ilişkinin mevcut yaşamımda da mümkün olabileceğine dair kanıtım vardı.

Yeni Zelanda'da ruh eşimle olan ilişkimden kolay kolay kopamamamın sebebi anlaşıldı. Hâlâ Qwan Yin'le yaşadığıma benzer bir bağlantımız olmasını diliyor ve umuyordum, ama öyle değildi.

Ayrıca Çin'de geçirdiğim üç yılı da anlamaya başladım. Çinlileri ve yemeklerini çok sevmiş, orada kendimi evimde hissetmiş ve dillerini öğrenmiş, Beijing'in eski bölgelerini gezmekten çok büyük keyif almıştım. Her ne kadar o inancın bazı nitelikleriyle yakınlık hissetmiş olsam da bu hayatta bir Hıristiyan olarak yetiştirilmiştim. Ama her yerde Qwan Yin'in heykelleri ve resimleri vardı. Dr. Weiss'la yaptığım o regresyona dek kalbimde, zihnimde ve ruhumda bu bağlantıyı kuramamıştım. Regresyondan sonra o salonda, yerde yatarken, North Wales'de gittiğim ilkokuldaki en yakın iki arkadaşımın Çinli ikizler olduğunu hatırladım. Şimdi tanrıça Qwan Yin'le olan derin bağlantımın yanı sıra, bunlar da anlam kazanmaya başlamıştı.

Neden bu tanrıçaya çekildiğimi anladım. O bu gezegende kalmaya ve Dünya'daki tüm varlıklar yüreklerinde merhameti hissedene kadar yükselmemeye yemin etmişti. Bu, onun göreviydi. Benim bu hayattaki işim EFT, NLP ve hipnoz ile diğer spiritüel araçları içermektedir. Daha en başında, hastalarla çalışırken, engin bir ruh seviyesinde derin bir iyileşmenin gerçekleşebilmesi için, yalnızca başkaları için değil, aynı zamanda insanın kendisi için merhamet duyması ve bağışlayıcı olması gerektiğini biliyordum.

O gün zihnimde pek çok parça inanılmaz bir şekilde birleşmeye başladı. Bu tecrübe işime, hayatıma ve varoluşuma yeni, insanın başını eğdiren bir ışık tuttu.

Ayrıca işin bir diğer ilginç yanı, bugün yine Çin'de olmamdır. Şu anda bu yazıyı Şangay ziyaretimde yazıyorum. Her yıl iki kez buraya geliyor ve EFT ile diğer spiritüel teknikleri öğretiyorum. Yeni bir yolculuğa atılmak üzereyim. Elbette geçmiş yaşam regresyonunu da içeren bir dizi spiritüel tekniği kapsayan dersler geliştiriyor ve öğretiyorum. Güçlü bir şekilde, şimdi, her zaman ve sonsuza dek yanımda olduğunu bildiğim Qwan Yin'in rehberliğinden faydalandığımı hissediyorum. Beceri ve araçlarınızın benim Çin'le, tanrıça Qwan Yin'le, yolculuğumla ve işimle olan bağlantıyı ortaya çıkarmış olmasından ötürü size minnettarım.

~ Michelle Hardwick

Qwan Yin'in pek çok ismi ve tezahürü vardır. Merhamet bodhisattvası olarak her kültür ve dinde vardır ve bizler derin bir huzur, koşulsuz sevgi ve aydınlanma evresine ulaşana dek bu fiziksel boyutta tüm acı ve kederlerimizi aşmamıza yardımcı olur. Bu evreye eriştiğimiz noktada enkarnasyonlarımız

son erebilir ve bizler spiritüel âlemlerde kalmayı seçebiliriz. Yüreklerimize giren kutsal enerjiyi koruyabilir ve Michelle'in Qwan Yin'in enerjisini hissettiği gibi hissedebilirsek o güzel vaadi tam anlamıyla kavrayabiliriz: "Her zaman, zamanın sonuna dek seninle olacağım." Bu, Michelle'in duyduğu sözle aynıydı: "O sonsuza dek, yüreğimde, günlerimin geri kalanında ve ebediyen benimle olacaktı."

Sevgi sonsuzdur. Her daim etrafımızı sarar.

Michelle gibi ben de Çin'le bir geçmiş yaşam bağlantım olduğunu keşfettim. Yıllar önce oraya yaptığım bir seyahatte, bir sabah Wu-Tai dağlık bölgesinde rahiplerle meditasyon yapıyordum. Meditasyon sırasında kendimi bir tür general, insanlara liderlik eden biri olarak gördüm. Bu anı binlerce yıl eski gibiydi. Bir tepenin üzerinde beyaz bir atın üzerinde oturuyor, engin bir araziye bakıyordum. Bu yüksek bakış noktasından aşağıdaki vadiye bakıyor ve korumak ve bakmakla yükümlü olduğum insanları görebiliyordum. Kalbim onlara karşı yoğun bir sevgi ve merhametle doluydu. Özellikle böyle bir sorumluluk ve ayrıcalık pozisyonunda olduğum için kutsandığımı hissediyor ve gördüğüm tüm insanların benim gibi hissetmesini, şefkat, ilgi ve korumacılıkla dolup taşan bir kalbe sahip olmasını ve hepimizin birbirimize bağlı olduğunu hissetmesini istiyordum.

Atın üstünde otururken üzerimde ilkel bir silah, dikey bambu sopalarından yapılma bir zırh vardı. Atın da anlamlı olduğunu ve onunla aramızda özel bir bağ olduğunu hissettiğimi hatırlıyorum. O anda, yüreğimi böylesine dolduran bu derin ve merhametli sevgiyi bu alanda ve ötesindeki herkese yaymaya yemin ettim. Bu benim hedefim oldu.

Bu, her gün vermeye devam ettiğim bir sözdür ve bu kitap da –ve diğer tüm çalışmalarım– bu söze dayanmaktadır.

Bazı regresyon ya da meditasyonlarımda, geçmiş yaşamlara dair kısa görüntülere ulaşırken bazılarında olayların geçmişten mevcut âna ve geleceğe uzandığı filmler görürüm. Ama bu seferkinde –çünkü bütün bir hayatı görmemiştim– duygu evresi diğer tüm ayrıntılardan daha önemliydi. Önemli olan o yemini etmek, o topraklardaki diğer tüm varlıkların da aynı şekilde hissedebilmelerini dilemek ve bunu gerçekleştirmek için elimden gelen her şeyi yapacağımı bilmekti.

Bu tecrübeyi, Michelle'in hikâyesini duymadan önce yaşadım ve yazdım, ama ne kadar benziyorlar. Michelle Qwan Yin için şöyle yazdı: "O bu gezegende kalmaya ve Dünya'daki tüm varlıklar yüreklerinde merhameti hissedene kadar yükselmemeye yemin etmişti. Bu, onun misyonuydu." Bu, benim de misyonum olmalıydı. Belki de uzun zaman önce o tepenin üzerinden insanlarıma baktığımda, Qwan Yin sevgi dolu ellerini benim kalbimin üzerine koymuştu, tıpkı Michelle'e yaptığı gibi.

Yukarıda sözünü ettiğim gibi, bazı regresyonlar sağladıkları somut ayrıntılardan dolayı değil, yarattıkları derin, aşkın duygulardan dolayı güçlüdürler. Bilinçaltınız iyileşme için nereye gitmesi gerektiğini bilir ve onun sizi en çok ihtiyaç duyduğunuz tecrübeye götüreceğine emin olabilirsiniz. Bir sonraki hikâyenin yazarı Nathaniel bunu yaşadığında, hayatı yalnızca dönüşmedi – başladı.

• SEVGİNİN DOĞASI •

Sizi San Francisco'daki atölye çalışmanızda gördükten sonra bir daha asla aynı olmayacağım. Bir süre önce bana amfizem ve kalp yetmezliği teşhisleri kondu. Hayatım, kuşkusuz,

daima fiziksel acılarla geçti. Etkinliğinize bir geçmiş yaşamı ortaya çıkarma umuduyla geldim, ama enteresan bir şekilde, söylediğiniz gibi ne geçmiş bir yaşama ne de çocukluğuma gittim. Bunun yerine kendimi, bedenimi geride bırakırken ve sonsuz bir güzellik ve sevgiyle dolu bir evrene doğru yükselirken gördüm. Bunu ancak kusursuz ve ölümsüz bir ölüme yaklaşma deneyimi olarak tarif edebilirim. Bu, teşhisimden beri yaşadığım ilk derin huzurdu ve anıları sayesinde önümde bekleyen zorlu günleri aşabileceğim.

Ölüm yoktur. Bunu biliyorum, çünkü oraya, bu koşulsuz sevgiyle dolu yere gittim ve bu hikâyeyi anlatmak için geri döndüm. Bizi sürekli bu sevginin farkında olmaktan alıkoyan perde o gün benim için aralandı. Korkmak için kesinlikle bir sebep yok. Yalnızca sevgi var; fark gözetmeyen ve kesinlikle evrensel olan bir sevgi.

Her zaman inandığımın aksine, beni bekleyen bir yargı yoktu. Sevgi yargılamayı bilmez; yalnızca sınırlar ve koşullar olmadan kucaklar. Her gün insanlar tarafından yargılanırız, ama asla, bu sevginin kaynağı olduğuna inandığım Tanrı tarafından değil.

Istırabım gitmişti. Sevgi aynı zamanda iyileştirebilir de. Yakın hafızamda tek bir acısız anı yoktu. Regresyon sırasında yaşadığım rahatlama sözcüklerle anlatılamayacak boyuttaydı.

Nefretin nasıl bir his olduğunu bilir misiniz? Omuzlarında on bin kilogram. Her yargılandığımızda ya da başkalarını her yargıladığımızda, bir kilogram daha eklenir ve sonunda bedenlerimiz öyle ağırlaşır ki yerimizden kıpırdayamayız. Dünyanın yükünün omuzlarımızda olduğunu söylerken kastettiğimiz budur. Ve ben hayatım boyunca nasıl bir yük taşıdığımı asla fark etmemiştim; bu yüke alışmıştım. O gün atölye çalışmasında o yük kayboldu. İstemeden yükseldim. Beni aşağıda tutacak

hiçbir şey kalmamıştı. Ve uçmak için özel bir şey yapmamıza bile gerek yoktur – yalnızca kendimizi nefret benliklerinden sevgi benliklerine dönüştürmek. Bu kulağa klişe gelebilir, ama bundan daha basit olamazdı. Mutluluk ve özgürlüğün anahtarı hayatlarımız boyunca bizim ellerimizdedir. Yalnızca hiçbir zaman ellerimizde ne tuttuğumuzu görmek için onlara bakmayı akıl etmeyiz.

Bedenlerimiz narindir; ağrırlar, yaşlanırlar, ölürler. Bir bedene sahip olmak, acıya sahip olmaktır. Onlar önemlidir, çünkü bedenlere ve bu gezegene öğrenmek için geliriz, ama bu süreçte büyüyen ıstıraplar vardır. Bedenleri üzerimizden attığımızda, olabileceğimizi hayal ettiğimizden çok daha fazlası olduğumuzu fark ederiz.

Ölümümün yaklaştığını öğrendiğimde, olacaklardan korktum. Ama şimdi neler olacağını biliyorum. Hayattan sonraki evreye geçer, iyileşir, seviliriz. Bu, saf mutluluktur. Korkunun tam tersidir. Bu kadar geriye gitmeyi nasıl başardık?

Sonrasında eve döndüm, ama bu tecrübenin anısı bugün bile aklımdadır. Ağrılar zaman zaman geri döner, ama artık bu ağrıları taşıyabiliyorum. Yalnızca bu yerin beni beklediğini bilmek, hepimizi beklediğini bilmek, bana büyük bir teselli oluyor. Öldüğüm zaman, atölye çalışmanızdaki o yaşam değiştiren anlarda yaşadığım mutluluk evresine döneceğimi hissediyorum.

O gün öğrendiklerimi başka insanlarla paylaştım. Bu benim hayattaki amacım oldu: başkalarına yardım etmek. Aslında hepimizin amacı bu. Hepimiz, her birimiz önemliyiz. Cehalet, korku ya da önyargılarla kötü davranışlar sergilesek de bizler asla "kötü" değiliz. Bu, bir ruhu tasvir edebilecek bir sözcük değildir.

Eğer, yalnızca birkaç dakikalığına, herkes benim hissettiğim sevgiyi hissedebilseydi savaş olmazdı, şiddet olmazdı. Neden

bir insan bir ruhu incitmek istesin ki? Şimdi tüm bunları biliyorum ve hayatımın sonu yaklaşıyor olsa da bir anlamda yeni başlıyor. Ben huzurluyum.

~ Nathaniel Peterson

"Sevgi yargılamayı bilmez," diyor Nathaniel. "Hiçbir sınır ya da koşul tanımadan kucaklar." Bunu içsel anlamda biliyoruz, ama unutuyor ve unuttuğumuz için acı çekiyoruz. Hatırlamamıza yardımcı olması için bize metaforlar öğretildi. Güneş kiliselerin üzerinde olduğu kadar hapishanelerin üzerinde de açar; yağmur çiçekler kadar yaban otlarına da düşer. Ama yine de unuturuz. Başkalarının yönlendirme ve çaptırmalarını kabul ederek onlar tarafından yargılanmaya izin verir ve bunu yaparken özgüven ve özsaygımızdan bir parça kaybederiz.

Bunun yerine kendimizi özsevgiyle doldurmalıyız. Her zaman sevilen ve asla sevilmeyen ölümsüz, spiritüel varlık, ebedi bir ruh olarak gerçek doğamızı hatırlamalıyız. Zen rahip Thich Nhat Hanh'ın yazdığı gibi: "Dalganın su olmak için ölmesi gerekmez. O her daim sudur." Bizim de her daim olduğumuz spiritüel benlikler olmak için ölmemiz gerekmez.

Nathaniel ölüm korkusundan kurtuldu. Perdenin diğer tarafına baktı ve ölümün saf sevgi olduğunu anladı. Şimdi amacını yerine getirebilir ve hastalığının seyriyle cesurca yüzleşecektir. Ölüm artık onun için bir sır değildir.

Yaşamlarımız her zaman derin bir anlam ve engin bir amaç içerirler.

"Her ne kadar hayatımın sonu yaklaşıyor olsa da," diyor Nathaniel, "bir anlamda yeni başlıyor." Atölye çalışması deneyiminin sonucunda kazandığı görüş ona yeni bir yaşam verdi; hem de gerçekten sona yaklaşıyor bile olsa çok daha huzurlu

ve tatmin edici bir hayat. Ama ya her zaman sonu sadece başlangıç olarak düşünseydik? Bu kitabın son hikâyesinde Jade bu olağanüstü olasılığı anlatıyor.

• SON YALNIZCA BAŞLANGIÇTIR •

2010 yılında Denver, Colorado'da Dr. Weiss'ın geçmiş yaşam regresyon seminerlerinden birine katıldım. Bu olaydan yalnızca yedi ay önce, çok sevdiğim Christian'ı ani ve beklenmedik bir şekilde kaybettim. Bu, başıma gelen en kötü şeydi ve beni pek çok ıstıraplı soru ve düşünceyle işe yaramaz birine dönüştürdü. Aynı zamanda, spontane bir şekilde Christian'la birlikte benzer bir şekilde sona eren bir geçmiş yaşamı hatırlamıştım ve bu beni daha da üzmüştü.

Bu kayıplar nedeniyle perişan bir durumda olduğumdan, Christian'ın teyzesi bana Dr. Weiss'tan söz etti ve bazı yanıtlar bulabileceğimi ya da en azından kendimi daha iyi hissedeceğimi söyleyerek bir etkinliğine gitmemi tavsiye etti. Onu araştırdım ve kitaplarını okudum ve bu bana bir parça huzur verdi. Ama Colorado kadar yakın bir yere geldiğini öğrenince oraya gidip bu etkinliğe katılmaya karar verdim. Oradaki tecrübem perspektifimi değiştirerek bana çok yardımcı oldu.

Dr. Weiss kendini tanıttıktan ve bizi onunla geçireceğimiz zaman içinde neler beklememiz ve neler yaşayabileceğimize hazırladıktan sonra günün ilk regresyonuydu. Bizi derin bir hipnotik regresyona soktuktan sonra, ben daha önce onun regresyon CD'sini dinlerken yaptığım gibi geçmiş bir yaşama gideceğimi düşünüyordum.

Tam da ilk çocukluk anımıza dönmemizi önerdiği bölüme geldiğini hatırlıyorum, ben de yaptım. Bir çocuk gibi, Dr.

Weiss'ın beni az sonra geçmiş bir yaşama götürdüğünde keşfedeceğim serüvene dair güçlü bir merak ve beklenti içinde olduğumu gördüm. Hangi geçmiş yaşam ipuçlarını ve kalıntılarını keşfedecektim? Bunlar bana hayatım ve kendim hakkında neler öğreteceklerdi?

Bu hayat ile diğeri arasındaki eşikten geçtiğimiz anda tam olarak hangi sözleri söylediğinden emin değilim, ama benim duyduğum "O kapıdan geç ve ışığa gir," dediğiydi. Hiç tereddüt etmeden yaptım.

Güzel bir ışıkla dolu bir tünele çekildiğimi görünce şaşırdım ve mutlu oldum. Bizden ne tip bir ayakkabı ve giysi giydiğimizi görmemiz için aşağı bakmamızı söylediğinde, ayaklarımın çıplak olduğunu ve üzerimde uzun, cüppe gibi bir elbise olduğunu görmek kafamı karıştırdı. O anda, nerede olduğumu anladım ve her ne kadar zihnimde pek bir anlam ifade etmese de kendimi bu deneyime bıraktım. Her şey, sanki gözlerim açıkmış kadar gerçekti.

Bu sıcak aydınlıkla dolu tünelde, varlıkların figürlerini gördüm. Yüzlerini görmedim, ama güçlü mevcudiyetlerini hissedebiliyordum. Hissettiğim en baskın mevcudiyet, yaklaşık kırk yıl önce, ben henüz küçük bir kızken diğer tarafa geçen annemin ruhuydu. Başkaları da vardı, ancak ben o ışığın enerjisinden öyle etkilenmiştim ki dikkatimi ondan alamıyordum.

Ağırlıksız olduğumun farkına vardım. Bu harika süzülme hissini yaşıyordum. Her bir parçam sanki en tatlı, en arındırıcı enerjiye dalıyor ve o enerjiyle yıkanıyor gibiydi. Sanki ölmüş ve Cennet'e gitmiştim. Mutluluk tüketiciydi ve sevginin var olmadığı tek bir yer yoktu. Bu sevgi dolu ışığın içinde sonsuza dek kalabileceğimi düşündüğümü hatırlıyorum. Bu kadar huzurlu ve mutlu hissederken bir daha isteyebileceğim ya da ihtiyaç duyabileceğim hiçbir şey olmadığını biliyordum.

Sonra, oraya nasıl ulaştığımı bilmeden, tünelden bir tür geçiş alanına geçtim. Burası bir hastaneye benziyordu, ama normalde Dünya'daki bir hastanede görebileceğiniz ekipmanların hiçbiri yoktu. Nasıl göründüğünü biliyordum, çünkü aynı anda iki yerde birden vardım: Ben bilinçsiz bir şekilde yatarken neler olduğunu hem bilinçli olarak gözlemliyor hem de yaşıyordum.

Kendimi düz, aydınlık bir zeminde, başka kelime bulamadığımdan yatak diyeceğim bir yerde yatarken gördüm. Bu yatak çok tuhaftı. Olağanüstü enerjisini hem görüyor hem de hissediyordum. Titreşimini hissettim. Pürüzsüz, kristal bir kayadan yapılmış gibi görünen bu yatak muazzam bir şekilde ruhuma enerji veren çok parlak bir ışık yayıyordu. Manyetik bir tarafı vardı ve tüneldeki ışık gibi, yatak da bilinçli ve canlıydı.

O anda inanılmaz özel bir şey yaşadığımı hissedebiliyordum. Güçlendirici bir niteliği ve etkisi var gibiydi. Bilinçsiz tarafım orada cansız bir şekilde yatarken sadece yedi ay önce ölen sevgilim Christian'ın beni bu kutsal dünyanın farkındalığına uyandırmaya çalıştığını izledim.

Her ne kadar o kutsal dünyada çok bilinçli bir parçam olsa da bilincimin bir diğer parçası hâlâ geriden geliyor, belki tünelin mutluluğunda ya da son bulan hayatta oyalanıyordu. İlginç bir şekilde, bilinçli ben bir şekilde ölümüme dair bilgileri biliyordu. Ani ve beklenmedik bir ölüm olduğunu biliyordum. Boğaz bölgemle ilişkisi olduğunu biliyordum; ölüm sebebimin oksijensiz kalmak olduğu izlenimine kapılmıştım. Boğulmuş olabilirdim, ama beni büyüleyen nokta, yatakta gözlemlediğim uyuyan parçamın henüz dünyadan ayrıldığının farkında olmamasıydı.

Hayatında, onun için geçmiş yaşamlar olarak görünen şey, o dehşet verici son nefese kadar bedende kalırken korkunç ölümlerin anılarıydı. Ama bu kez farklıydı. Ruhu ölümün

yüzünü görmeden ayrıldığından, hiçbir mücadele yoktu. Sürece dair herhangi bir acı ya da korku zerresi dahi yoktu, bu yüzden ölüme dair bir farkındalık da mevcut değildi. Beden az önce herhangi bir facia olmadan ölmüştü ve şimdi o bu inanılmaz huzur ve özgürlüğü deneyimliyordu.

Orada yatan uyuyan güzelin perspektifinden, güçlü dozda anestezi gibi yavaş yavaş uyandığım derin bir rüya evresinde olduğum hissine kapıldım. Kendime gelirken önce sevgili Christian'ın alçak bir sesle konuştuğunu duydum, daha sonra sesi yükseldi. "Sevgilim, uyan. Benim. Hadi, sevgilim. Uyan. Bak, yanındayım," dediğini duydum. Uzaktan gelen bu sözleri duyduğumda, bilincimi nereye odaklayacağım konusunda şaşkındım. Hangi rüya ve hangisi gerçekliğimdi?

Benimle birlikte diğer sevdiklerimin mevcudiyetini hem hissediyor hem de görebiliyordum. Tüm sevdiklerim beni büyük bir sevgi ve dikkatle izliyor, uykumdan uyanacağım ve sevginin var olduğu o taşkın mutlulukla karşılanacağım âna gözlerimi açacağım ânın gelmesini bekliyorlardı. Bu bana, yeni bir bebek dünyaya gelmek üzereyken var olan o beklenti ve heyecan havasını anımsattı.

Daha önce söylediğim gibi, bu sahneye iki farklı perspektif gibi görünen yerden tanık oluyordum. Büyüleyiciydi. Ama farkına vardığım şey olası bir üçüncü perspektifti. Her ikisini yaşamıştım ve şimdi bir diğeri ikisini yazıyordu. Belki de hepsi benim zamanda çeşitli olaylarla bölünmüş parçalarımdı.

Mevcut dünyevi yaşamımın ölümüne tanıklık ettiğime inanmamın sebebi, benden önce ölmüş belirli ruhların orada var olmasıydı. Ama söylediğim gibi, daha çok bir bebeğin yeni bir varoluşa geldiği, bir ölümden çok uyum sağlamam ve ayak uydurmam gereken bir yeni hayat gibiydi.

Asla neler olduğunu görmek için o bilinçsiz evreden uyan-

ma fırsatı bulamadım, çünkü o sırada Dr. Weiss bizi hipnotik evremizden bu dünyevi yaşamdaki farkındalığımıza çağırmaya başladı. Geri döndüğümde, yaşadığım olayların yansımalarını fark etmem birkaç dakika aldı. Hatta birkaç hafta geçmesine rağmen hâlâ olanları anlamaya çalışıyorum. Ancak, tam olarak idrak etmeyi başaramasam da bu olay bana isteyebileceğimden çok daha fazlasını verdi.

Bana, öldüğümde Christian'ın orada olmakla kalmayıp aynı zamanda sevgimizin de devam ettiğini bilmenin huzurunu verdi. Kendimi ölümümü izleyip deneyimleyerek ölüm kapısından geçme sırası bana geldiğinde korkacak hiçbir şey olmadığını, çünkü o eşiğin ötesinde hayal edilmesi mümkün olmayan bir özgürlük ve mutluluk olduğunu fark ettim. Bu olağanüstü fırsat için sonsuza dek minnettar kalacağım. Bu, benim için gerçek bir armağan oldu.

~ Jade Kramer

Ya ölüm gerçekten de güzel bir huzur âlemine, Jade'in dediği gibi, sevginin var olmadığı tek bir yer olmayan bir âleme doğuşsa? Ya kaybettiğimiz sevdiklerimiz büyük bir özlemle diğer tarafta yeniden buluşacağımız ânı bekliyorsa? O zaman, Jade ve Nathaniel gibi, biz de ölüm korkumuzdan sıyrılır ve hayatı daha büyük bir neşe ve amaç hissiyle kucaklardık.

Same Soul, Many Bodies adlı kitabımda, yakın ve uzak geleceğe yapılan sayısız rüya ve yolculuğunu belgeledim. Bu kesinlikle muhtemeldir, çünkü modern fiziğin açıkladığı gibi zaman görecelidir ve bizim bilinçli algı ve anlayışımızdan oldukça farklıdır. Geleceği görmek mümkündür.

Yakın zamanda, bir soruma kendi ölüme yaklaşma deneyiminin bir anlatımıyla yanıt veren bir kadın farkında olmadan

Jade'in sözlerini tekrarladı. "Hayatın bir rüya gibi olduğunu fark ettim," diye yazdı. "Doğduğunuzda, bu fiziksel bedende ölümlülüğe uyanıyorsunuz. Fiziksel bedeniniz öldüğünde, ölümsüzlüğe dönüyorsunuz. Artık ölümden korkmuyorum. Bu, eve dönmek gibi." Çocukken bu gerçeği biliyorduk, ama yetişkin olduğumuzda unuttuk. Hayat bir rüyadan ibarettir ve zamanın akışında ilerlerken mutlu bir şekilde katılım göstermemiz gerekir.

Yazar Katherine Frank zamanı hızla akan bir nehirden ziyade derin bir havuz olarak görür. Zaman, akıntı yerine derinliği olan bir göl gibi olabilir mi? Tüm anılarımız, düşüncelerimiz ve eylemlerimiz orada saklanır ve o derin sulara girerek onlara ulaşmak mümkündür. Akıntıyla geçip gitmezler. Asla kaybolmazlar. Suya dilediğimiz an girebiliriz. Ve zamanla işimiz bittiğinde, gölden çıkabilir ve kıyısında oturabiliriz. Burada tanıdığımız ve sevdiğimiz herkes bize geri döner ve parlak bir ışık ruhlarımızı iyileştirir.

Jade ve Nathaniel ve tüm dünyadan benimle tecrübelerini paylaşan sayısız insan bu kıyıya mutluluk adını veriyor. Bu, mutluluktur. Bu, Kaynak'tır. Bu kitaptaki her sözcük ve her sayfa onun hikâyesini anlatır. Bu, kozmosu yaratan nefestir. Tüm boyutlardan önce ve tüm boyutların ötesinde var oldu. Uzaydan, boşluktan, maddeden, kuvvetlerden ve enerjilerden önce var oldu. O, var olan her şeyin zamansız habercisidir. Alanın ve tüm niyetlerin özüdür. O, sevginin kendisidir ve sevgiye dönendir. O, pek çok isimle bilinir ama bilmenin çok ötesindedir.

O, bizim gerçek yuvamızdır.

Bedenlerimizi ve maskelerimizi son bir kez çıkardığımız ve onları ebediyetin girdabına bıraktığımız yerdir. Sonunda ruhumuzun sonsuz doğasının en aşkın hakikatini, o ruhun hayat

denen güzel rüyaya yaptığı yolculuğu fark ettiğimiz yerdir. Binlerce rüyanın ardından uyandığımız ve binlerce doğumdan sonra doğduğumuz yerdir.

Son yalnızca başlangıçtır.

Teşekkür

En derin takdirlerimiz Gideon Weil'e, HarperOne'daki muazzam editörümüze gidiyor. Gideon'un bu kitap için ustalıklı içgörüleri ve ilham veren vizyonu, ilk taslağı okuduktan sonra her ikimiz için de anlam kazandı ve biz kusursuz bir işbirlikçi bulduğumuzu anladık. Ayrıca üretim editörü Suzanne Quist, editör yardımcısı Babette Dunkelfrun ve tüm HarperOne ekibine bu kitaptaki üstün çalışmalarından ötürü teşekkür ederiz. Yaptıkları her şeyi takdir ediyoruz.

William Morris Endeavor'daki olağanüstü temsilcimiz Tracey Fisher'a, yıllar içinde sunduğu paha biçilmez yardımlarından dolayı müteşekkiriz. O en başından beri bu projeyi uzmanlıkla yönlendirdi. Ayrıca tüm gayretleri ve coşkulu desteği için asistanı Pauline Post'a teşekkürler.

Yıllar içinde etkinliklerimize ev sahipliği yapan ve bu kitapta anlatılan mucizelerin pek çoğu için kaynak sağlayan tüm kurumlara borçluyuz. Özellikle Omega Enstitüsü daha büyük atölye çalışmalarımız için sürekli destek ve huzurlu bir iyileşme ortamı sağladı. Omega'daki bu müthiş etkinlikleri organize ettiği için Carol Donohoe'ya çok teşekkür ederiz. Hay House tam günlük seminerlerimizin çoğunu kusursuz bir şekilde organize etti. Özellikle Hay House'un CEO'su Reid Tracy'ye, binlerce atölye çalışması katılımcısının yaşamlarına dokunmamıza yardımcı olan Mollie Langer ve Nancy Levin'e sonsuz teşekkürler.

Hikâyesinin yanı sıra bilge tavsiyeleri ve katkıları için Jordan Weiss'a sevgimizi ve teşekkürlerimizi sunuyoruz.

Ayrıca çarpıcı yorumlarıyla bu kitabın sayfalarını şekillendiren sevgi dolu ve sadık S.'ye teşekkür etmek istiyoruz.

Bu kitap sözlerini dünyayla paylaşan atmış sekiz harika katı-

lımcı olmadan olmazdı. Size ne kadar minnettar olduğumuzu sözcüklerle anlatmamıza imkan yok. Renata Bartoli, Wayne Daniel Berard, Bryn Blankinship, Lori Bogedin, Kaaran Bowden, Michelle Brock, Michael Brown, Marylyn Calabrese, Maria Castillo, Cherelle, Valarie Coventry, Horace Crater, Cynthia, Dave, Eileen de Bruin, Nikki DeStio, Cindy Frado, Mara Gober, Susie Gower, Michelle A. Hardwick, Melanie Weil Harrell, Jessica, Judi, Mira Kelley, Jade Kramer, Patricia Kuptz, Jeannette, Chris Johnson, Lee Leach, Michelle Lin, Nina Manny, Donna Offterdinger, Judith Oliver, Nathaniel Peterson, Toni Reilly, Heather Rivera, Margie Samuels, Sandy, Aviva D. Shalem, Faith Susan, Terri, Tong, Gregg Unterberger, Asia Voight, Dr. K.C. Vyas, Donna West, Carla White ve Jennifer Williams. Hikâye yazarlarından bazıları bir takma isimle yer almayı seçtiler ve her ne kadar yukarıda isimlerine yer vermesek de onlara da katkılarından ötürü teşekkür ediyoruz.

Yer sıkıntısından ötürü bazı olağanüstü ve çok etkileyici hikâyeleri kitabın dışında bırakmak durumunda kaldık. Hikâyesini gönderen ama ne yazık ki bu kitapta yer veremediğimiz herkese en derin sevgi ve teşekkürlerimizi gönderiyoruz.

Ve dünyanın dört bir yanında, yıllardır atölye çalışmalarımıza katılan, kitapları okuyan, CD'lerle çalışan ve yıllar boyunca bizimle öykülerini paylaşan tüm insanlara, her birinize minnettarız.

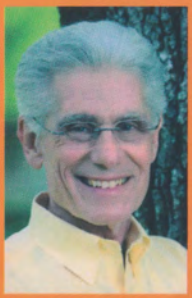
"Yıllar içinde, geçmiş yaşam regresyonu terapisi hakkındaki önyargılı görüşlerinin onları bu kavramı hayatlarından tamamen çıkarmalarına neden olduğu insanlarla karşılaştım. Onlar anıların az önce belirttiğim gibi saptırılmış ya da yanlış olduklarını ya da terapatik etkilerinin hüsnükuruntuya bağlanabileceğini ya da bir regresyon geçiren her insanın kendilerini geçmiş bir yaşamda ünlü bir isimle özdeşleştirdiklerini öne sürerler. Bu eleştiriler önemli ama yanlıştır. Bu kitap, regresyondan geçmiş ya da kendi regresyonlarını gerçekleştirmiş insanların sayısız hikâyesini içermektedir. Bu kitap için seçilen hikâyeler yalnızca bu nazik uyarı çağrılarını betimlemekle kalmaz, onları sağlarlar. Onları okumak, tarifsiz ama kalıcı bir şekilde değişmektir."

giriş bölümünden

Geleneksel bir psikoterapist olarak Dr. Brian Weiss, hastalarından biri geçmiş yaşam travmalarını hatırlamaya başladığında bu duruma kuşkucu yaklaştı. Ancak bu anılar onun sürekli tekrarlanan kâbuslarından ve anksiyete nöbetlerinden Dr. Brian Weiss'ı hayatında görmediği şekillerde kurtulmasını sağladı. Bu hafta "yaşamlar arasındaki yerden" mesajlar aktarmaya ve Doktor'un, hastanın hiç tanışmadığı ve yıllar önce hayatını kaybetmiş oğlu hakkında gerçekler sunmaya başladığında, Doktor'un kuşkucu yaklaşımı sarsılmaya başladı. Şimdi geçmiş yaşam terapisi alanında bir lider olan Dr. Weiss, binlerce insanın geçmiş yaşamlarına dönmelerine ve inanılmaz bir iyileşme deneyimlemelerine yardımcı oldu. Bu kitapta Weiss, kızı Amy'yle birlikte geçmiş yaşam regresyonlarının nasıl spiritüel amacımıza dair sırlar barındırdığını gözler önüne sermek için bu olağanüstü gerçek yaşam hikâyelerini paylaşmaktadır.

(ön kulakçığın devamı)

Diğer taraftaki spiritüel aralıklarla ayrılan çoklu yaşamlar geçirdiğimize dair farkındalık, ölüm korkusunun çözümlenmesine ve mevcut âna daha çok huzur ve neşe katmaya yardımcı olur. Ve bu kitapta, Dr. Weiss'ın ilham verici teknikleriyle birlikte kişisel hikâyeler, geçmiş yaşamlarımızla ilişki kurmanın zihin ve bedeni derinlemesine ve daimi bir şekilde nasıl iyileştirebildiğini gözler önüne serer. Sonunda, ilham alır, yenilenir ve geçmişimize dair daha iyi bir anlayışla mevcut yaralarımızı iyileştirme kapasitesine sahip ebedi varlıklar olduğumuz gerçeğine ikna oluruz. Bu, mevcut yaşamlarımızı geliştirmemize, spiritüel yollarımızda yükselmemize ve her günü amaçla yaşamamıza yardımcı olan bir uygulamadır.



BRIAN L. WEISS, M.D.

Amerika'nın geçmiş yaşam regresyonu terapisi alanında bir numaralı uzmanıdır. Columbia Üniversitesi ve Yale Tıp Fakültesi mezunu olan Weiss, New York Times'ın çok satanlar listesinde bulunan *Birçok Yaşam Birçok Üstad* dahil pek çok kitabın yazarıdır. Onu www.brianweiss.com adresinde ziyaret edebilirsiniz.

AMY E. WEISS

Columbia Üniversitesi Psikoloji bölümünden en yüksek onur derecesiyle mezun olmuştur. St. Louis'deki Washington Üniversitesi'nde Güzel Sanatlar Fakültesi Romancılık Bölümü'nde yüksek lisansı yapmış ve burada Carrie S. Galt Ödülü kazanmıştır. Lisanslı bir hipnoterapi uzmanı ve ödüllü bir doğa fotoğrafçısı olan Amy Weiss, Miami, Florida'da yaşamaktadır.

GEÇMİŞİN YAŞAM DEĞİŞTİREN GÜCÜNÜ KEŞFEDİN

"Ben kişisel olarak Dr. Brian Weiss'ın öğrettiği şekliyle geçmiş yaşam regresyonunun mucizevi iyileştirici gücünü deneyimledim. Buna inanıyorum ve Brian benim hayatımda üstün bir öğretmen ve akıl hocası olmuştur."
WAYNE W. DYER

"Geçmiş yaşam tecrübelerimizi ne kadar çok bilir ve anlarsak davranışlarımız ve hayatımız o kadar sağlıklı olur. Ben Brian'ın mesajına inanıyorum. Hayat bir mucizedir, o yüzden zihinlerinizi deneyimleme kapasitesine sahip olduğumuz o potansiyele açın."
-BERNIE SIEGEL, *A Book of Miracles ve Faith, Hope and Healing adlı kitapların yazarı*

"Dr. Brian Weiss, cesur bir şekilde geçmiş yaşam anılarının iyileştirici gücünü modern tıbba sunmuş öncü bir doktordur. Bu ilginç kitap, Dr. Weiss'ın tekniklerinden büyük fayda sağlamış insanların vaka çalışmalarıyla doludur. Cesur bir doktordan olağanüstü bir kitap."
-JUDITH ORLOFF, *Second Sight adlı kitabın yazarı*

"Bu yöntemin hastalıkları, fobileri, duygusal acıları ve çok daha fazlasını nasıl iyileştirdiğine dair kanıt sunan hikâyelerle dolu bu kitap, kuşkusuz gelecek yıllarda geçmiş yaşam regresyonu terapisi alanında kapsamlı bir kılavuz olacaktır. Geçmiş yaşam regresyon tecrübelerini anlatan hikâyeler yalnızca zihninizi ve kalbinizi yaşamın ebedi doğasına açmakla kalmayacak, aynı zamanda size umut ve şifa sunacaklardır."
-CHERLY RICHARDSON, *Life Makeovers adlı kitabın yazarı*

"Brian Weiss'ın, bedeninizi rahatlatan, kalbinizi açan ve zihninizi özgürleştiren bir yazma tarzı vardır. Siz farkında olmadan, kitaptaki hikâyeler sizi, anıların size nasıl daha anlamlı ve korkusuz bir yaşam sürebileceğinizi öğreten dersler olduğu unutulmuş topraklara götüren sihirli bir anıya dönüşür."
-ELIZABETH LESSER *Omega Enstitüsü kurucularından ve Broken Open adlı kitabın yazarı*

ISBN: 978-605-5154-43-1
9 786055 154431